



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АДМИНИСТРАЦИИ
ПЕРМСКОЙ ОБЛАСТИ

ПЕРМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ

Ю. Р. Вагин

АВИТАЛЬНАЯ АКТИВНОСТЬ

*(злоупотребление психоактивными
веществами и суицидальное поведение)*

у подростков)

Пермь Издательство ПРИПИТ 2001

УДК 616.8
ББК 56.14
В 12

Рецензенты

Л. Я. Дорфман, д-р психол. наук, проф., зав. каф. психологии Перм. ин-та искусств и культуры

Р. А. Рогожникова, д-р пед. наук, проф. каф. педагогики
Перм. гос. пед. ун-та

Вагин Ю.Р. Авитальная активность (злоупотребление психоактивными веществами и суицидальное поведение у подростков).— Пермь: Изд-во ПРИПИТ, 2001.— 292 с.

Монография кандидата медицинских наук Ю. Р. Вагина открывает новое направление в исследованиях глубинной мотивации человеческого поведения. Автор рассматривает авитальную активность (влечение к смерти) как основу таких распространённых у подростков форм отклоняющегося поведения, как злоупотребление психоактивными веществами и суицидальная активность.

Адресовано работникам медицины, образования, психологам.

Научное издание
Юрий Робертович Вагин

Авитальная активность
(злоупотребление психоактивными веществами
и суицидальное поведение у подростков)

Редактор А. В. Волков

Изд. лиц. ЛР № 040860 от 8.12.97 Подписано в печать 19.12.2001
Бум. ксероксная. Формат 60х84 $\frac{1}{16}$. Гарнитура «Таймс». Печать на ризографе.
Усл. печ. л. 18,25. Уч.-изд. л. 14,06. Тираж 1000 экз. Заказ 200.
Изд-во Пермского регионального института педагогических информационных технологий
614060, Пермь, б. Гагарина, 37а.

ISBN 5-8187-0021-6

© Ю.Р.Вагин, 2001
© Департамент образования
и науки Пермской области, 2001
© Издательство ПРИПИТ, 2001



Ирине Владимировне Колущинской

Предисловие

*

Уважаемый читатель, в этой книге мы продолжим знакомство с суицидальным и аддиктивным¹ поведением подростков. В предыдущей книге «Профилактика суицидального и аддиктивного поведения у подростков», вышедшей в 1999 году при содействии департамента образования и науки администрации Пермской области, я постарался дать общее представление об этих, наиболее часто встречающихся у подростков, вариантах отклоняющегося поведения, однако из-за объёмных ограничений мне не удалось остановиться на многих важных и сложных проблемах, знание которых, как мне кажется, необходимо людям, сталкивающимся с подростковым отклоняющимся поведением на профессиональном уровне.

В настоящей работе уделено большое внимание аспекту, связанному с приближающимся в подростковом возрасте *кризисом аутентичности*² — одним из центральных событий в жизни каждого человека наряду с рождением и смертью. Мы узнаем, что это такое, познакомимся с его проявлениями, психологическими особенностями и причинами возникновения, увидим, каким образом кризис аутентичности может влиять на аддиктивное и суицидальное поведение подростков.

Особого внимания требует проблема роста доступности для подростков информации, касающейся суицидального и аддиктивного поведения. Любой подросток, имеющий доступ в «Интернет», легко может найти там такие «интересные» для себя сайты, как «Сто способов самоубийства» или «Всё, что вы хотели знать о наркотиках, но боялись спросить».

В связи с началом использования на территории Российской Федерации блокаторов опиатных рецепторов (особого класса фармакологических препаратов) изменился современный подход к лечению и профилактике самой тяжёлой и распространённой формы подростковой наркомании — зависимости от героина.

¹ Отклоняющееся поведение, связанное с патологическим пристрастием (addiction — от англ. ‘тяга’, ‘пристрастие’) к различным веществам и видам деятельности.

² Психологические проблемы, связанные с завершением созревания (20—25 лет) и началом старения.

Однако главные изменения коснулись самой постановки проблемы суицидального и аддиктивного поведения. На сегодняшний день я убеждён, что эти проблемы невозможно понять, а, следовательно, решить без учёта глубоко лежащего пласта *авитальной активности* — биологической и поведенческой активности, направленной непосредственно против жизни. Суицидальное и аддиктивное поведение — лишь видимая часть айсберга, лишь маленький, но пронзительно острый наконечник огромного копья, с момента зачатия направленного против нашей жизни.

Объём информации, относящейся к проблеме авитальной активности, постоянно растёт и становится всё менее обозримым. Информация эта носит по большей части разрозненный характер и почти не даёт возможности составить общее представление о том важнейшем аспекте человеческого существования, коим является авитальная активность в целом и суицидальная активность в частности.

В большинстве своём люди относятся к теме смерти достаточно негативно. Небытие антагонистично бытию, хотя и окружает его в прямом смысле со всех сторон. Мало кто испытывает желание, даже в мыслях, раньше времени подходить к тому краю пропасти, куда и так неспешно несёт нас поток жизни. Большинство психологов, психотерапевтов и педагогов хорошо знают из практики о том, как остро тема смерти начинает звучать именно в подростковом возрасте, — и мы должны быть готовы дать правдивые ответы на сложные вопросы, которые ставит перед нами человек, вступающий во взрослую жизнь.

Только тот факт, что всё большее число людей во многих странах мира заканчивают жизнь самоубийством, заставляет специалистов углубляться в эту проблему. В 1996 году Джеймс Бэллинжер отмечает резкое возрастание научного интереса к исследованиям в области суицидологии и пишет, что в связи с омоложением суицидов эта проблема выдвинулась в круг *«центральных проблем наиболее активных и продуктивных слоёв общества»*³.

Поскольку самоубийство стоит в первом ряду причин смертности трудоспособного населения и наносит серьёзный

³ Ballenger J.C. Введение. Выдержки из Ежегодника по психиатрии и практической психогигиене. — Т. 1. — М., 1996. — С. 4.

экономический ущерб, связанный с потерей людских ресурсов, затратами на содержание суицидентов в больнице, оплатой больничных листов, выплатой пособий по инвалидности и пенсий иждивенцам, с самого начала мы должны уяснить себе, что обращение к теме смерти и самоубийства продиктовано не столько научным, сколько научно-практическим интересом. Большинство учёных, занимающихся проблемами суицидологии, напоминают чистых и непредвзятых исследователей феномена, как испанские конкистадоры — этнических исследователей культуры Майя.

Усиление интереса к проблемам суицидальной активности наблюдается и в России. Ранее, если бы это только было возможно, коммунистическая партия запретила бы самоубийство граждан как грубую диверсию, подрывающую основы морали, нравственности и социалистического образа жизни. Но, поскольку с тем же успехом можно было бы запретить наступление зимы или заход солнца, самоубийство как феномен искусственно вытеснялся с «солнечных» территорий официальной социологии и психологии на «теневую» территорию государственной психиатрии, где я и встретился с ним, начиная свою психиатрическую практику в конце 80-х годов.

Моя попытка составить приблизительную карту территории, посещать которую рискуют далеко не все, продиктована мотивами скорее личного плана. Я не связан ни с одной организацией или учреждением договором о разработке наиболее эффективных мер выявления и профилактики суицидального и аддиктивного поведения. Я не ставил перед собой задач, решение которых как-то могло бы исказить объективную картину, заставляя искусственно вырывать из живой плоти феномена наиболее ценные с конъюнктурной точки зрения куски. Изучение феномена самоубийства напоминает мне (так любимое мною в детстве) кропотливое составление сложной мозаики, в которой нет и не может быть ни одного лишнего компонента.

*

Многое изменилось и в моем подходе к проблеме аддиктивного поведения. Ранее эта проблема рассматривалась мною преимущественно с точки зрения нарушений

межличностных отношений у подростков (нехватка эмоционального тепла в контактах с другими людьми компенсируется подростками с помощью алкогольных напитков и других психоактивных веществ). Данный взгляд на проблему сохранил свою актуальность, но, возможно, «взаимоотношения» подростков с психоактивными веществами определяются и другими, не менее важными, хотя и менее заметными, глубинными течениями. Может так оказаться, что широко известные выражения «Алкоголизм — хроническое самоубийство», «Наркотики — это медленная смерть» — не только красивые метафоры, но и отражение некоего глубинного, коренного родства между, казалось бы, такими различными формами поведения⁴, как самоубийство и употребление психоактивных веществ.

Я вижу, что в основе аддиктивного и суицидального поведения подростков лежит принципиальное поражение их жизненных сил (витальной активности) силами распада и смерти (авитальной активностью). Обе эти силы неотделимы одна от другой. Жизнь не существует без смерти, а смерть — без жизни. Мы воспринимаем их как естественные процессы. Поэтому, когда мы будем говорить об авитальной активности подростков, речь пойдёт скорее не о патологии, а об отклонении от нормы. Слишком рано, неестественно рано, авитальная активность у подростков с аддиктивным и суицидальным поведением поражает их витальные силы. *Слишком рано* они уходят *из* жизни при суицидальном поведении и *от* жизни — при аддиктивном.

Чтобы разобраться в этом вопросе мы должны хорошо понимать, что есть норма и что есть отклонение — на каждом этапе подросткового развития. Как это ни парадоксально, но именно избыточная стимуляция витальной активности детей и подростков может привести к обратному эффекту: пробуждению авитальной активности как компенсации бездумных действий родителей и педагогов. Если мы видим человека, который очень хочет спать, мы можем предположить, что перед этим он

⁴ Обнаружена, например, глиняная табличка вавилонян и ассирийцев, относящаяся к III тысячелетию до н.э., в которой питье вина в сновидении рекомендуется толковать как предвешание недолгой жизни.

слишком долго и интенсивно бодрствовал. Если мы видим подростка, который слишком хочет умереть, значит, жизненные обстоятельства предъявили к нему чрезмерные требования, которые, истощив его жизненные силы, позволили прорваться на поверхность авитальной активности.

Последнее, в чём хочется признаться в предисловии, — это то, что каждый раз, садясь писать что-либо предназначенное не для медиков, я всеми силами стараюсь выкрутить руки своему на медицинском «арго» мыслящему мозгу и заставить его говорить на нормальном человеческом языке. Заранее каюсь и прошу простить: у меня это не всегда получается.

Введение

*

Карл Густав Юнг предупреждал, что «мы обязательно должны определять, что имеем в виду, когда употребляем тот или иной термин, иначе мы будем говорить на непонятном языке; и психология особенно страдает от этого»⁵. Следуя его мудрому совету, давайте поговорим немного о понятиях, в которые мы старательно «упаковываем» всё то, что считаем наиболее существенным для того или иного явления в наблюдаемом нами мире. Мы постоянно обозначаем, ограничиваем и разграничиваем мир вокруг себя так же, как ограничиваем красными флажками во время охоты на волка определённую территорию, чтобы он не мог вырваться за её пределы.

Мы будем «охотиться» с вами за очень сложным феноменом — *авитальной активностью*. Этот феномен настолько скрыт в глубинах нашего мозга, что крайне редко выходит на освещённую сознанием территорию. Крайне редко люди *осознают* скрывающуюся в недрах своего естества *авитальность*. Разве что иногда, стоя на балконе высотного здания, человек вдруг поражается промелькнувшему желанию броситься вниз. Разве что иногда, ведя машину, человек испытывает внезапное «бессмысленное» желание вывернуть одним движением руль и выехать на встречную полосу. Разве что иногда, в минуты внутреннего молчания, человек начинает слышать едва различимый неприятный скрежет: как будто какое-то огромное бездушное насекомое ползёт за ним, и он понимает, что это — смерть.

Если мы считаем, что одним из самых мощных витальных инстинктов является инстинкт самосохранения, мы можем только предположить, сколь мощной должна быть авитальная активность, чтобы, вырвавшись на поверхность, она смогла нейтрализовать и подавить инстинкт самосохранения.

Одно из проявлений авитальной активности — аддиктивное поведение. Мы видим, как некое мощное течение уносит от нас прочь подростков и взрослых, злоупотребляющих

⁵ Юнг К.Г. Конфликты детской души: Собр. соч.— М., 1994.— С. 49.

психоактивными веществами. Огромная невидимая рука вырывает их с корнем из школьной, семейной и личной жизни. Никакие призывы не в силах остановить их и вернуть к нормальной жизни. Более того, они сами протягивают к нам руки с мольбой о помощи, потому что чувствуют и понимают гораздо лучше нас: что-то страшное проснулось в глубинах их мозга. Мы же не понимаем, а чаще и не хотим понять, полностью всего того, что происходит. Но мы должны понять. Что за напасть такая свалилась на наши головы за последние несколько десятилетий? Или, может быть, это и не напасть вовсе, и ниоткуда она не сваливалась, а всегда жила во всех нас и заметна стала лишь после того, как слишком «расплодилась» и стала забредать на те возрастные территории, куда раньше и носа не казала.

О том, что авитальная активность в популяции усиливается и распространяется, поражая всё более и более ранние возрастные группы, можно судить даже по названиям работ, которые появляются в последнее время, например статья «Суицидальное поведение у детей дошкольного возраста», руководство для врачей «Подростковая наркология». Следующий этап — руководство по детской наркологии, которого, к счастью, пока ещё нет. Статистика детских самоубийств, равно как и детского алкоголизма, давно уже перестала быть казуистикой.

В докладе о совершенствовании законодательного обеспечения борьбы с наркотиками председатель комитета Совета Федерации по науке, культуре, образованию, здравоохранению и экологии Сударенков открыто говорит, что наркомания стремительно молодеет. Он относит высокие темпы роста числа наркоманов среди подростков и молодёжи к одной из самых тревожных особенностей наркоситуации в России. Именно среди студентов и школьников заболеваемость растёт быстрее, чем среди других возрастных групп. Гораздо быстрее, чем в других странах, в России происходит переход молодёжи от «легких» наркотиков к героину и другим «тяжёлым» наркотикам. Рост наркомании привёл в ряде регионов к эпидемическому распространению ВИЧ-инфекции. Почти 100% вновь выявленных в последнее время её носителей — наркоманы.

В 1998 году в медицинских учреждениях России находилось на учёте более 42 тысяч подростков, употребляющих

наркотические и другие психоактивные вещества. Число больных наркоманией, обращающихся за медицинской помощью, соотносится с истинным числом больных — один к семи. Примерно такая же, если не большая, цифра характерна по злоупотреблению и зависимости от алкоголя. Следовательно, *реально мы должны думать о 300 тысячах подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами.*

Пермская область не входит пока в число краёв и областей с наиболее высокой распространённостью злоупотребления наркотиков и психотропных средств, среди которых: Краснодарский, Приморский и Хабаровский края, Тюменская, Самарская, Московская, Ульяновская, Волгоградская, Омская, Оренбургская, Свердловская, Иркутская области, города Москва и Санкт-Петербург. Но поводов для спокойствия у нас не больше, чем у жителей верхних этажей дома, в котором горит первый этаж. Именно поэтому необходимо приложить все усилия для профилактики этого явления.

Не хотелось бы услышать однажды от наших детей нечто подобное лозунгу, провозглашённому отцами-основателями молодёжной культуры 60-х (в частности, Питом Тауншендом из группы «The Who»): «Живи быстро, умри молодым». Именно этот лозунг вызвал тогда во многих западных странах эпидемию самоубийств — «быстрых смертей».

Не вызывает оптимизма и ситуация с суицидальной активностью. *Суициды вышли на третье место среди причин смерти у подростков после несчастных случаев и убийств.* Дэвид Майерс в руководстве по социальной психологии рассматривает факт утращения самоубийств подростков среди пяти основных негативных тенденций в Соединенных Штатах с 1960-х годов⁶. Резко возросшее число завершённых суицидов в подростковом возрасте, и особенно среди детей до 12 лет, зависит от многочисленных социокультурных условий, *которые в деталях на сегодняшний день ещё не выяснены*, честно признаются учёные⁷. В то время, как общее количество остаётся относительно стабильным, наблюдается драматический рост самоубийств среди молодёжи: если в 1960 году среди молодых людей в возрасте 15—24 лет на 100 тысяч человек приходилось

⁶ Майерс Д. Социальная психология. — СПб., 1999. — С. 254.

⁷ Психиатрия, психосоматика, психотерапия /К.П. Кискер и др.— М., 1999.— С. 58.

5,2 самоубийства, то уже в 1984 году — 12,5. Количество самоубийств среди детей 5—14 лет за последнее десятилетие удвоились. По анонимным опросам у 30% лиц в возрасте 14—24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершали суицидальные действия.

Требуются экстренные мероприятия по разработке методов выявления и помощи детям и подросткам, имеющим высокий риск возникновения суицидального поведения. К сожалению, на сегодняшний день в стране не издано ни одного руководства по суицидологии. Педагоги и врачи страдают от нехватки информации о методах работы с этой группой подростков. Если мы не сможем понять суть происходящих процессов при суицидальном и аддиктивном поведении подростков, мы не сможем им ничем помочь.

Подростки, противореча инстинкту самосохранения и здравому смыслу, ведут себя таким образом, что их поведение можно охарактеризовать только как саморазрушительное (деструктивное). Специалисты в области образования, здравоохранения, правопорядка, а также простые граждане могут наблюдать грустную картину: подростки пьют, колются, нюхают, травятся, вешаются и стреляются. Только в известной анекдотической истории три бабушки у подъезда радуются за своих внуков, один из которых станет врачом, потому что постоянно делает себе уколы, другой — агрономом, потому что выращивает на даче мак и коноплю, а третий — шофёром, потому что постоянно нюхает бензин. Большинство отцов и матерей такой наивностью уже не обладают и с ужасом ожидания, украдкой смотрят на локтевые сгибы своих подрастающих детей или переживают, когда те после очередного конфликта в школе или во дворе долго не отзываются из ванной комнаты.

Поскольку мы с вами не наивные бабушки и не только озабоченные родители своих детей, а профессионалы, которым государство платит деньги за государственную службу, мы *должны иметь* систематизированные знания для решения тех задач, которые государство перед нами ставит. Общество, которому мы служим, это как раз и есть те самые наивные бабушки и озабоченные родители и то самое «пьюще-вешающееся», но тем не менее подрастающее поколение.

Часть 1

Глава 1

Витальная активность

*

С тех пор как на Земле существует жизнь, мириады живых существ постепенно и последовательно сменили друг друга в эволюционной цепочке. Одни формы жизни возникали, другие исчезали; какие-то из них практически в неизменном виде сохранились на протяжении миллионов лет, какие-то в силу ряда причин претерпели существенные изменения.

Мы каждую секунду наблюдаем на поверхности Земли нескончаемый процесс удивительной *витальной активности*: неорганическая материя самоструктурируется по определённой программе, заложенной в молекулах ДНК. На наших глазах в буквальном смысле слова из «праха земного» творится новая жизнь, чтобы, исполнив своё предназначение — передать эстафетную палочку следующему поколению, — затем в прах земной и возвратиться. Миллионы лет продолжается этот процесс, и миллионы миллионов живых существ бесконечно ведут борьбу за право наилучшим образом выполнить то своё предназначение, разгадка смысла которого теряется в бесконечных просторах Вселенной.

Витальная активность человека проявляется и соответственно наблюдается в двух формах:

1. *Человек имеет внутреннее побуждение использовать все имеющиеся возможности для обеспечения собственного существования — инстинкт самосохранения.* Сюда относится активность, направленная на избежание несовместимых с жизнью ситуаций, такая как поддержание внутреннего баланса (гомеостаза), получение необходимых для жизнедеятельности веществ (кислород, вода, пища), оборонительные инстинкты и т.д.

2. *Человек имеет внутреннее побуждение вступать в сексуальные отношения с особями противоположного пола и заботиться о произведённом потомстве — половой и родительский инстинкты.*

Мы практически не имеем возможности сознательно прекратить жизнь путём неудовлетворения основных витальных потребностей. Например, мы не можем покончить с собой, сознательно прекратив дышать, но мы можем создать различные ситуации, когда воздух прекращает поступать в наши лёгкие (утопившись или повесившись). При этом нам нужно позаботиться о том, чтобы витальные инстинкты не разрушили наши самоубийственные планы, и мы заботливо привязываем себе на шею тяжёлый камень, чтобы, обманутый в своих лучших ожиданиях, инстинкт самосохранения в последний момент не испортил нам запланированное мероприятие. Или мы можем обмануть витальный инстинкт другим путём: не мешая явно организму поглощать кислород, незаметно для него прекратить поступление насыщенной кислородом крови в мозг, передавив сонные артерии. Мозг, не замечая коварства, почувствовав недостаток кислорода, заботливо временно отключает сознание и засыпает для уменьшения потребления кислорода, но уже не включается никогда. Мы не можем также остановить жизнь, сознательно лишив себя воды, и лишь немногим удаётся покончить собой путём прекращения приёма пищи.

Витальные инстинкты настолько хорошо устроены, что не нуждаются в нашем сознательном регулировании. Мы можем, конечно, произвольно регулировать частоту дыхания, процессы поглощения воды и пищи и другие гомеостатические функции, но права решающего голоса сознание, к счастью для нашей жизни, лишено. Мы не можем мгновенно остановить жизнь просто усилием воли. Большое количество моих пациентов сообщало о своей готовности прекратить существование в том случае, если бы вопрос решался простым нажатием кнопки. «Была бы кнопка, которую можно было бы нажать, чтобы меня сразу же не стало,— я бы нажал»,— говорили они. А один очень неглупый пациент, который, видимо, подозревал, что даже *нажать кнопку* ему может помешать инстинкт самосохранения, сказал: «Хорошо бы, чтобы эту кнопку нажал случайно кто-

нибудь другой и чтобы ни я ни он об этом не знали».

Таким образом, мы видим, что витальные инстинкты твёрдо стоят на страже входа на тот путь, который максимально быстро может привести нас к смерти. Боль, страдание и страх — те хлысты, с помощью которых природа отгоняет всех живых существ от преждевременной смерти и блаженного состояния неорганического бытия до тех пор, пока они не исполнят своего предназначения.

Человек в этом отношении отличается от остальных живых существ лишь тем, что ему удалось, используя возможности коры больших полушарий, разработать модели поведения, против которых инстинкт самосохранения бессилён что-либо предпринять. Коре головного мозга удалось победить природу, обманув её стражей.

Только благодаря этой победе противоположные жизни влечения получили возможность вырваться на свободу и беспрепятственно вести человека максимально быстрым путём к конечной точке его существования, минуя или легко перешагивая не только через половой и родительский инстинкт, но и через мощнейший инстинкт самосохранения.

Только человек получил возможность замедлить и даже остановить процесс своего размножения. Не имея больших возможностей преодолеть половой инстинкт, человек прилагает значительные усилия для предотвращения оплодотворения и прерывания беременности. Только кора больших полушарий была способна придумать целибат, презерватив, аборт и гормональную контрацепцию.

Только человек получил возможность самостоятельно воздействовать на свои центры удовольствия, производя и потребляя алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, чтобы обойти те самые негативные эмоциональные состояния (страх, страдание, тревогу и боль), которые запускают в нормальном состоянии витальные инстинкты и витальную активность, не дающие человеку максимально быстро приблизиться к состоянию небытия. Только человек может сам убить себя или побудить других сделать это.

Подросток, начинающий испытывать сексуальную потребность и половое влечение, уже не разрабатывает модели

поведения, направленные на завоевание объекта. Он не учится поло ролевому поведению, он не стремится к внешней и внутренней привлекательности для завоевания «девушки своей мечты», которая могла бы удовлетворить его сексуальную потребность. Он в свои 13—14 лет в зависимости от доступности тех или иных психотропных веществ использует либо летучие органические углеводороды (бензин, бытовые растворители, клей), либо более дорогие психоактивные вещества, включает порнографическую кассету — и весь мир перед ним, весь мир его.

Когда подростку надоедает или перестаёт его удовлетворять такая медленная смерть, он легко может поправить ситуацию, всего лишь увеличив дозу принимаемого вещества. Не случайно одно из самых распространённых названий героина: «белая смерть».

Таким образом, «коварная» кора больших полушарий (являясь энергетически и мотивационно крайне слабым образованием, которое по большому счёту паразитирует на более простом и надёжном древнем мозге) за счёт своих уникальных когнитивных способностей оказывается в силах усыпить, обмануть и победить могучего, но простодушного «огнедышащего дракона» витальной активности, скрывающегося в недрах нашего мозга.

*

Наш мозг — с его стремительной эволюцией, начиная с первых млекопитающих и заканчивая человеком — вообще большая загадка. Известно, что уже мозг первых рептилий вполне обеспечивал их адаптацию к внешнему миру. Но какой резкий толчок и с какой целью направил эволюцию мозга в сторону быстрого увеличения его объёма?

Проблема головного мозга всегда ставится во главу угла лишь потому, что человек считается вершиной эволюционного процесса. Подобные безапелляционные заявления о человеке как высшем звене эволюции (лишь на том основании, что у него имеется самая высокоразвитая центральная нервная система) слышать всегда несколько странно. Подобный предрассудок есть всего лишь одна из многочисленных разновидностей

остающегося в мировосприятии антропоцентризма⁸.

Если проследить за эволюционным процессом непредвзято, то можно без труда заметить, что общим принципом развития живой материи является увеличение и усложнение функциональных систем, совершенствующих адаптационные способности организма к условиям окружающей среды.

Центральная нервная система является лишь одной из тысяч подобных функциональных систем среди различных морфо-функциональных образований, таких как ноги, шея, кожа, глаза, кишечный тракт, ядовитые железы и т.д. В процессе эволюции живое существо становится, как писал Тейяр де Шарден, «неодолимым очагом разнообразия, направленного прибавления, бесконечного разветвления живой массы, изменяющей биосферу и условия жизни любых будущих организмов в любой среде обитания».

У кого хватит смелости сказать, что человек лучше адаптирован к условиям окружающей среды, чем те многочисленные виды, которые настолько совершенны в этом плане, что существуют практически в неизменном виде на протяжении миллионов лет (например, насекомые).

Природа любит экспериментировать, часто доводя до абсурда свои изобретения, например как с шеей у жирафа или массой у динозавров. Жирафы живут — динозавры вымерли. Эволюция продолжается.

Никто не может сказать, что центральная нервная система является вершиной адаптационных способностей живых существ. Более того, есть основания подозревать, что развитие центральной нервной системы давно уже идёт по патологическому пути, не имеющему большой перспективы в будущем. Усложнение центральной нервной системы, за счёт которого обеспечивается прижизненное формирование гибких функциональных систем для адаптации к быстро меняющимся условиям окружающей среды, привело к необходимости передачи большого количества информации после рождения индивида и необходимости создания знаковой системы и

⁸ Если попытки опровергнуть гелиоцентрическую картину мира Коперника уже почти не встречаются, то попытки опровергнуть теорию Дарвина широко распространены и в настоящее время.

понятийного аппарата. Это в свою очередь резко исказило непосредственность восприятия человеком реальности. Мы перестали видеть мир таким, каким он является. Мы можем видеть мир лишь настолько, насколько богата система понятий, усвоенная нами в детстве. Всё, что остаётся за рамками понятийной системы, просто выпадает из поля зрения, не учитывается и игнорируется. Того, чего нет в понятии,— нет вообще. Как писал Мераб Мамардашвили: «Знание того, что мы видим, несомненно, мешает нам видеть видимое»⁹.

Знаковая система, язык, в определённом смысле ослепляет нас, предлагая взамен феноменальных сущностей номинальные ярлычки. Я подозреваю, что обменяв наглядно-действенное и конкретно-образное мышление на абстрактно-логическое, мы уподобились дикарям, которые с радостью обменивают золото и жемчуг на дешёвые цветные бусы и копеечные зеркальца. Мудрость всегда боится понятий. Так было и в религии, и в философии. Не должно изрекаться имя Бога, неизречённо Дао, неизречённо Просветление, неизречён и путь к нему. Феномен, вложенный в Номен, может быть только трупом Феномена.

На рисунке 1 большинство нормальных людей увидят не два кружочка, соединённые палочкой (А), а очки (В) или гантельку (Б), и через час, если их попросить нарисовать то, что они видели, они будут рисовать или гантельку, или очки и утверждать, что это именно то, что они видели.

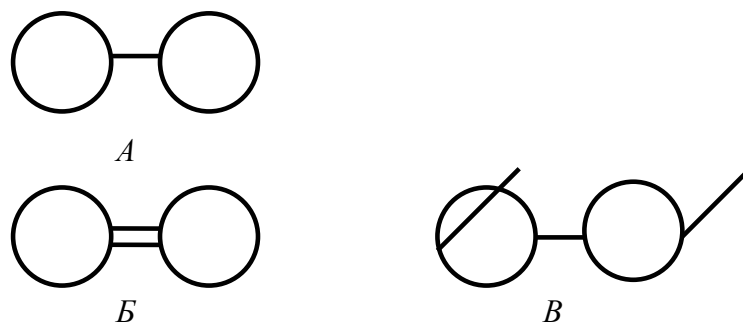


Рис.1. Зависимость восприятия от имеющихся представлений.

Этот первый тупик, связанный с формированием второй сигнальной системы, был известен восточным философам ещё

⁹ Мамардашвили М. Как я понимаю философию.— М., 1992.— С. 44.

несколько тысяч лет тому назад. Вся система йоги построена на постепенном и систематическом разрушении понятийного мышления и переводе его на непосредственный анализ воспринимаемого потока информации. Вспомним знаменитые системы коанов: «Как звучит хлопок одной ладони?» и т.п.

В произведении Феликса Розинера «Некто Финкельмайер» мне встретилось описание спонтанного «просветления» героя в период болезни, когда его «восприятие вернулось вспять — к началу, к истокам, когда всё вокруг предстаёт лишь разрозненными осколками простых ощущений. Мы не знаем себя в наши первые месяцы жизни. Обращаясь к памяти, мы застаём себя среди мира, уже сложившегося в сознании во что-то определённое,— пусть мы и не можем в этом мире понять и назвать. Но в свои два-три года, глядя на дерево, мы знаем, что это — *дерево*; мы знаем, что собака — это *собака*, солнышко — это *солнышко*, а больно — это *больно*, и от этого кричишь... Я же тогда, после болезни, вернулся ко временам ещё более ранним. Я увидел падающий лист, и это было огромным, потрясшим меня событием, которое не облекалось в моих мыслях словами. Оно стало чудом само по себе, необъяснимым жёлтым волнением... трепещущей желтизной... колыханием круга... Столько падает жёлтых волнений, столько медленных жёлтых кругов!.. Облако над крышей — не облако, нет: расширение света; исчезновение белизны, синее заполняет... холодное, острое там растекается и плывёт далеко и приближается и входит в грудь...»¹⁰.

Я хорошо помню себя в детстве, когда окружающая действительность воспринималась мною как в тумане, мир был бесконечен. Но это не было ощущение бесконечности, свойственное взрослому человеку, для которого эта бесконечность кажется часто чужой, ненужной и неинтересной,— это была живая бесконечность, она была частью меня и я был в неё погружён. Может быть, так понимали одухотворённый космос древние греки. С возрастом это ощущение сказки проходит. По улице едет трамвай, спешат люди, дует ветер. И трамвай — это трамвай, которого долго нет, в котором не закрывается окно и поэтому холодно. Это никак не

¹⁰ Розинер Ф. Некто Финкельмайер.— М., 1990.— С. 67.

звениящий и не дребезжащий на всех поворотах праздник, и люди, сидящие у окон, не спешат приложить свои ладони к замёрзшим стеклам, чтобы совершить чудо, и они по-своему счастливы в своей слепоте. Понятия — это та смиренная рубашка, в которую мы облачаем окружающую действительность и свой мозг, даже не замечая этого.

Я говорю об этом ещё и потому, что слишком часто мне приходится слышать от подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами или находящихся в состоянии депрессии с суицидальными мыслями, что они разучились «радоваться жизни такой, какая она есть...»

*

Второй тупик, возникший в процессе развития центральной нервной системы, связан с возникновением сознания и самосознания. Этот процесс идёт буквально на наших глазах в пределах летописного исторического периода. Центральная нервная система развивалась изначально в целях гибкого реагирования на изменяющиеся параметры окружающей среды. Но парадокс в том, что сама по себе центральная нервная система на определённом этапе становится настолько сложной, что требуется новое функциональное образование, выполняющее функцию контроля над деятельностью самой центральной нервной системы,— сознание.

Столь сложная система на базе не поддающихся регенерации клеток головного мозга — затея, изначально обречённая на провал. Такая система не может работать без сбоев. Усложнение функционирования центральной нервной системы за счёт сознания приводит к лавинообразному нарастанию психических расстройств и, как следствие, увеличению количества психиатров. Ещё Дейл Карнеги писал, что в Соединённых Штатах более 50 процентов коек заняты пациентами с психическими и эмоциональными расстройствами. В нашей стране это звучит пока ещё непривычно, но в более развитых странах большинство населения так же не мыслит себе жизни без психиатра, психоаналитика, психолога, как мы не мыслим её без врача.

Если ещё 300 лет тому назад врач для подавляющего большинства населения был явлением настолько редким, что

многие жили и умирали, ни разу не столкнувшись с ним, то сейчас, особенно в развитых государствах, мало людей, способных прожить без врача.

Но самое страшное, что сознание как контролирующая функция над гибкими психическими процессами продолжает делиться и усложняться. Мы уже не способны жить одним лишь коллективным бессознательным, как гомеровские герои, а имеем Суперэго-сознание и Эго-сознание, мы имеем мультипликационное сознание, как его понимал Эрик Берн (Я-Родитель, Я-Ребёнок, Я-Взрослый), и мультипликационное ситуационное сознание Ассаджоли («Я» на работе, «Я» дома, «Я» в гостях). Чехов в рассказе «Именины» описывает парадоксальное преобразование главного героя Петра Дмитрича, когда он занимает председательское кресло на съезде: «На председательском кресле, в мундире и с цепью на груди, он совершенно менялся... Всё обыкновенное человеческое, своё собственное... исчезало в величии, и на кресле сидел не Пётр Дмитрич, а какой-то другой человек, которого все звали господином председателем... Откуда брались близорукость и глухота... С высоты величия он плохо различал лица и звуки, так что если бы, кажется, в эти минуты подошла к нему сама Ольга Михайловна (жена), то он и ей бы крикнул: «Как ваша фамилия?»¹¹.

Если подходить к высшей нервной деятельности, к центральной нервной системе с таких позиций, то окажется, что человек — это если и не ошибка Природы, то в лучшем случае — попытка Природы. Нужно очень любить себя, чтобы заявлять, что человек является вершиной и конечным этапом эволюционного процесса — это смешно! Это даже ещё более смешно, чем претенциозные заявления на божественное происхождение человека.

В дальнейшем мы убедимся, что в основе как аддиктивного, так и суицидального поведения подростков лежит сложный процесс расщепления сознания, когда одна часть сознания подростка может быть настолько независима от другой, настолько агрессивно настроена против другой, что реально может выдать приказ на её уничтожение. И только меры

¹¹ Чехов А.П. Именины // Собр. соч.: В 12 т. — М., 1985. — Т. 7. — С. 38—39.

психологического и психотерапевтического воздействия способны наладить их контакт между собой и остановить саморазрушительный процесс аддиктивного поведения.

Мы убедимся, что в основе функционирования этих расщепившихся частей сознания лежит глубоко скрытое бессознательное желание умереть и вернуться к начальному недифференцированному (целостному) состоянию.

*

Мы (люди) называем себя вершиной эволюционного процесса, мы утверждаем, что человек является самым приспособляемым живым существом на земной поверхности. Мы на самом деле научились жить даже в условиях космического пространства, но... мы же представляем собой тот единственный вид, представители которого могут самостоятельно прекращать своё существование, и мы же по иронии судьбы — тот единственный вид, который в процессе своей эволюции реально подошёл к тому, чтобы полностью прекратить жизнь на Земле, чтобы на той самой эволюции, которой мы обязаны самим фактом своего существования, поставить раз и навсегда жирную точку.

Как и на всех живых существ, на нас постоянно действуют разрушительные силы окружающей среды, умением противостоять которым мы справедливо гордимся, но беда пришла — откуда не ждали. Мы научились отражать атаки врага снаружи, а он пришёл изнутри. Мы тратим огромные средства на то, чтобы предсказать землетрясение, ураган или цунами, но мы пока лишь с удивлением взираем на то, как саморазрушительные процессы сметают с лица Земли не меньшее, если не большее, число людей. И мы к этому пока настолько не готовы, что даже не способны иногда признать сам факт наличия проблемы. Как верно подметил Карл Меннингер: «Все, кто изучал поведение человека, неизбежно приходят к осознанию того, что основную причину людских невзгод следует искать в самих людях. Иными словами, в значительной степени проклятие, тяготеющее над человечеством, можно определить как самоуничтожение»¹².

Разумеется, *не все, но многие* приходят к осознанию того, что

¹² Меннингер К. Война с самим собой. — М., 2000. — С. 10.

у представителей человеческого рода мы наблюдаем совершенно особое, на первый взгляд, уникальное для живой природы явление — *авитальную активность* (активность, направленную против жизни, против себя, активность к смерти, влечение к смерти). Поэтому пришла пора расставаться с очень многими нашими старыми, добрыми, удобными и уютными заблуждениями. Пришла пора прекратить искать простые неверные решения для очень сложных проблем.

*

Поскольку мы будем дальше обсуждать очень сложный феномен авитальной активности, который в значительной степени выходит за пределы нашего привычного понимания, нам необходимо сконцентрировать всю свою энергию для принятия, удержания и закрепления той новой системы мировосприятия и мировоззрения, против которой восстает всё наше привычное мышление, но без которой, как я уже говорил, невозможно адекватно понять и решить проблему злоупотребления психоактивными веществами и суицидального поведения у подростков.

Попытаемся представить себя в положении людей, обладающих органами чувств (которым они привыкли доверять), — и они должны вдруг поверить, что маленькое Солнце, которое, *очевидно*, вращается вокруг большой Земли, на самом деле является огромным огненным шаром, вокруг которого вращается маленький шарик — Земля. Это очень сложно. Это никогда не получается сразу. Что с того, что более двух тысяч лет тому назад Аристарх Самосский доказал, что Земля — это шар, вращающийся вокруг Солнца. Ни античность, ни средневековье, как мы знаем, не признали его. Это знание никому не мешало ещё восемнадцать столетий верить в обратное. И не только в это...

Итак, мы долго верили, что Земля — центр Вселенной и что Вселенная вращается вокруг Земли. *Последний*, кто эту веру окончательно подорвал — был Коперник (одно из распространённых заблуждений — это вера в то, что великие открытия делают великие люди. Скрытую правду жизни знают многие. Только очень немногим хочется испытать на себе гнев

тупых Гиппархов и Птолемеев, больше увлеченных хлебом, зрелищами и театром, чем наукой).

Мы долго верили, что мы — единственные из всех живых существ созданы по образу и подобию Бога. Последний, кто разрушил и эту веру — был Дарвин. Он показал, что органическая молекула имеет больше оснований гордиться своим божественным происхождением, чем человек, ибо её происхождение неизвестно и оставляет место для фантазий, а происхождение человека от обезьяны — хорошо проверенный с гипотетической стороны научный факт. Правда, этот научный факт совершенно не мешает основной массе человеческих индивидов продолжать верить в Бога и строить на этом основании различные забавные теории Богоизбранности, Богочеловека, Человекобога и тому подобные. Креационисты¹³ объясняют факт существования ископаемых животных желанием Бога «запутать» будущих исследователей. Создавая мир за семь дней, Бог предусмотрительно вложил в земные породы все ископаемые виды животных.

Артур Шопенгауэр писал, что «скорее совы и летучие мыши спугнут солнце обратно к востоку, чем познанная истина, выраженная с полной ясностью, снова подвергнется изгнанию, чтобы старое заблуждение опять невозбранно заняло своё просторное место»¹⁴. И после этого его ещё называют пессимистом?! Если рассматривать историю человечества с этих позиций, то наше солнце, не останавливаясь, катится на восток и «в насмешку» над великим философом большая часть его книг пошла после издания в макулатуру.

Французский просветитель восемнадцатого века Кондорсе в «Эскизе исторической картины прогресса человеческого разума» наивно изобразил историческое развитие человечества в виде бесконечного прогресса, обусловленного внешней природой, культурными достижениями и взаимодействием людей. Он очень досадил всему прогрессивному человечеству и, можно сказать, сам малодушно опроверг своё учение, «бессовестным образом» покончив жизнь самоубийством в тот момент, когда

¹³ Креационизм — теория, доказывающая создание мира и человека Богом.

¹⁴ Шопенгауэр А. Мир как воля и представление // Собр. соч.: В 4 т. — М., 1998. — Т. 1. — С. 80.

«прогрессивное человечество» собиралось его самым прогрессивным и культурным способом гильотинировать. Как откровенно писал в биографии Робеспьера советский историк Левандовский: «Под грохот сражений и стук гильотины шёл непрерывный процесс созидания»¹⁵.

Если и может быть среди этого «прогрессивного» грохота и стука у нас с вами самое глубокое заблуждение — так это то, что наши истины кому-нибудь *очень* нужны. Те знаменитые сто книг, которые следует иметь в своей библиотеке и в которых уместается вся мудрость человечества, всегда безошибочно оказываются во всех кострах, которые жжёт толпа, подогревая свои революционные порывы и свято веря не важно во что...

«Дела плохи, — пишет Виктор Франкл, — но они станут ещё хуже, если мы не будем делать всё, что в наших силах, чтобы улучшить их... Несмотря на нашу веру в человеческий потенциал, мы не должны закрывать глаза на то, что человеческие люди являются и, быть может, всегда будут оставаться меньшинством. Но именно поэтому каждый из нас чувствует необходимость присоединиться к этому меньшинству»¹⁶. Эрик Фромм по этому же поводу пишет: «Я убеждён, что психолог должен внести свой вклад в понимание современного кризиса, причём безотлагательно»¹⁷. «Нам недостаёт инициативных, духовно свободных людей со свежими подходами к актуальным проблемам. Мы остро нуждаемся в их творческих идеях, смелых проектах и новых представлениях о жизни. Мы повсюду наталкиваемся на стереотипы: в мышлении, поведении, общественной жизни — и не умеем их преодолевать. Если бы мы могли стать чуть более открытыми и раскованными, чуть менее подверженными стереотипам, чуть более непосредственными — насколько меньше было бы у нас проблем»¹⁸ — вторят Франклу и Фромму российские психологи.

И не надо истерического надрыва при оценке реальной ситуации, так свойственного всем гуманистическим психологам.

¹⁵ Левандовский А. Максимилиан Робеспьер. — М., 1959. — С. 49.

¹⁶ Francel V.E. The unconscious god. — N.Y.: Washington Square Press, 1985. — P. 83—84.

¹⁷ Фромм Э. Бегство от свободы /Пер. с англ. — М., 1995. — С. 115.

¹⁸ Грановская Р.М., Крижанская Ю.С. Творчество и преодоление стереотипов. — СПб., 1994. — С. 48.

Насколько наше общество нуждается в духовно свободных людях надо спросить у тех философов, которых в 20-е годы отправили на корабле на Запад (и им ещё повезло), или у тех тысяч и тысяч креативных личностей, которые, к счастью, уже «не здесь», где, как выясняется при чтении литературы, их так не хватает. Российские креаты, а их в России рождается ничуть не меньше, чем в любой другой стране, с успехом преподают и творят в университетах США, Англии, Израиля, Западной Европы. И слава Богу. «Угораздил же чёрт родиться в России с умом и талантом», — сетовал А. С. Пушкин.

Ничего не изменилось. И не нужно думать, что если наука срочно не скажет своё золотое слово — всё кончится, всё погибнет. Ничего подобного. Никому мы не нужны со своими знаниями. Ни две тысячи лет тому назад, ни сейчас, ни ещё через две тысячи лет. Сократ для Мелитов всегда «попусту усердствует, испытывая то, что под землёю, да и то, что в небесах, выдавая ложь за правду и других научая тому же...»¹⁹

*

Мы очень долго верили в уникальность собственной разумности. *Cogito ergo sum* (мыслю, следовательно, существую). Последними «нехорошими» людьми, которые разбили и эту веру, отказавшись от идеи «чистого разума» и доказав, что большая часть психической деятельности обусловлена биологическими влечениями и протекает за пределами сознания, были Зигмунд Фрейд и Карл Густав Юнг.

Фрейд и Юнг — два бесстрашных капитана — совершили кругосветное путешествие вокруг мозга, вернее сказать, сквозь мозг. Они начали с биологических основ индивидуальной психики — влечений (Фрейд), прошли её насквозь и вышли с другой стороны на её биологическую же коллективную основу — архетипы (Юнг).

Кризис человеческого самопознания, о котором открыто заговорили сейчас многие философы и психологи, а более проницательные сумели предчувствовать его ещё в конце семнадцатого века²⁰, есть следствие именно этого «путешествия»

¹⁹ Из обвинительной речи Мелита в Афинах во время суда над Сократом.

²⁰ Душа не находит в себе никакого удовлетворения. Всякий взгляд внутрь себя

в глубины психики.

Никто не спорит, что психика человека не познана полностью. Но та особая эйфория её избранности, эйфория безграничных возможностей человеческой психики, характерная для мыслителей античности, эпохи Возрождения, сменилась настоящим шоком возможной *конечности познания человеческого разума* и возможной *познавательной конечности человеческого разума*. Человек больше не представляется нам уникальным и непознаваемым микрокосмосом, который может вместить в себе Вселенную. Человек конечен и ограничен, а следовательно, познаваем.

Три плоскости изучения человеческой психики (индивидуальное сознание, индивидуальное бессознательное и коллективное бессознательное) обозначены, и уже многим понятно, что в психике ничего кроме этого и нет. Идея избранности, инакости, особенности человека, согревающая на протяжении тысячелетий сердца миллиардов людей на Земле, рушится на наших глазах. Оказалось, что человека можно изучать точно так же, как пчелу или лягушку. Человек познаваем. Психика человека познаваема. Компьютер обыграл человека в шахматы.

Три этих взаимосвязанных плоскости составляют личность, и более в ней нет ничего. Наше индивидуальное сознание организует жизнедеятельность таким образом, чтобы обеспечить удовлетворение наших насущных потребностей в условиях окружающей действительности. Для этого оно использует модели поведения, выработанные в процессе индивидуальной жизни и хранящиеся в индивидуальном бессознательном. Врождённое коллективное бессознательное, независимое от индивидуального опыта, незаметно для нас организует всё наше восприятие, мышление и поведение так же, как врождённая модель гнезда организует индивидуальное гнездостроительное поведение птицы. Палочки и веточки, мох и пух для постройки гнезда птица берёт из окружающей среды, но складывает их в единое целое по той модели, которая изначально уже заложена в структуре её психики.

приносит ей огорчение. Это принуждает её искать утешение вне себя, привязывает к предметам внешним, чтобы всячески изгладить мысль о своём действительном положении (Блез Паскаль).

Именно в этих трёх составляющих человеческой психики мы попытаемся найти причины усиления авитальной активности. Какая насущная потребность просыпается в глубинах мозга, если она побуждает нас таким образом организовывать бытие, чтобы максимально быстро прекратить собственное существование (самоубийство) или существенно нарушить его и поставить под угрозу преждевременного прекращения (хроническое самоотравление психоактивными веществами)?

*

Процесс развития науки (который часто сравнивают с захватом многоэтажного дома, когда часть учёных совершает прорыв на следующий этаж, а часть последовательно занимает комнаты уже захваченных этажей) привёл к неприятному осознанию, что мы уже забрались на самую крышу и дальше двигаться некуда. Как пишет Роберт Антон Уилсон в своей работе, посвящённой квантовой психологии, «в нашем столетии человеческая нервная система обнаружила и свой созидательный потенциал, и свои собственные границы»²¹.

Выше индивидуального сознания — только мёртвая материя, фиксирующая следы нашей психической деятельности, например лист папируса или бумаги. Ниже — биологическая, хоть и живая, но бездушная материя, фиксирующая и передающая следы, на основании которых строится всё функционирование нашей психики. Полотна самой незначительной «платы» в этой системе — и от нашей гордости самосознания не останется и следа.

При переходе на молекулярный, субмолекулярный и субатомный уровни исследование психических и личностных особенностей утрачивает смысл: там нет нашей психики. Урна с пеплом мозга Эйнштейна поможет нам понять законы функционирования психики не больше, чем урна с пеплом мозга олигофрена. «Более глубокие слои души утрачивают свою индивидуальную неповторимость, по мере того как всё дальше и дальше отступают во мрак. Опускаясь всё ниже и приближаясь к уровню автономно функционирующих систем, они приобретают всё более коллективный и универсальный характер, пока окончательно не угасают в материальности тела, то есть в химических субстанциях... Следовательно, «на самом дне» душа

²¹ Уилсон Р.А. Квантовая психология. — М., 1999. — С. 51.

суть просто «Вселенная»²² — этот факт хорошо понял ещё в начале двадцатого века Юнг. Не удивительно, что в последнее время исследования законов человеческой психики и исследования законов Вселенной так тесно переплелись между собой.

Поднимающийся по лестнице самопознания человек увидел небо, в котором его нет. Опускающийся в глубины самопознания человек увидел землю, в которой его тоже нет. Между небом и землей существует человек, до которого нет никакого дела ни небу ни земле. Ужас заброшенности, ужас оставленности парализует душу человека.

Это доминирующее ощущение покинутости, одиночества, лежащее в основе и питающее собой любую религию — следствие познавательного тупика, в котором оказалось человечество на сегодняшний день. В поэзии Иосифа Бродского мне всегда слышался очень тонкий, едва уловимый лейтмотив — не так давно мне стало казаться, что я его понял: Бродский завидует вещам.

Итак, наука подвергла человека трём страшным унижениям: она лишила его геоцентрической иллюзии с помощью открытий Коперника, она лишила его Бога с помощью эволюционной теории Дарвина и она лишила его сознания с помощью теории Фрейда. Уже много раз повязка была сорвана с глаз Человека, но вновь и вновь он надевает её. И теперь на этой повязке гуманистическая психология выводит новые красивые слова: Развитие Личности, Духовное Совершенствование, Творческая Жизнь.

*

Мы продолжаем верить, что человек — единственное существо на Земле, имеющее возможность бесконечного развития и творческого самосовершенствования. В соответствии с этой верой мы пытаемся максимально использовать все свои возможности для продления нашей жизни и развития своих детей.

Психологи и психиатры хорошо знают, что происходит с

²² Яффе А. Символизм в изобразительном искусстве // Человек и его символы. — СПб., 1996. — С. 361.

теми детьми, которых в погоне за спортивными достижениями родители и тренеры, так сказать, «развивают», не думая о последствиях. На рубеже третьего тысячелетия любопытное человечество заинтересовалось развитием мозгов, презрев древнюю мудрую заповедь Экклезиаста: «Умножая знания, ты умножаешь страдания». Неужели на Земле мало страданий?»

В этой связи в психологии и педагогике за последние десятилетия возникло новое уникальное направление: психология креативности (творческой активности). Две проблемы интересуют в настоящий момент психологов, разрабатывающих данное направление: собственно проблема креативности и проблема усиления и продления креативности у большинства людей. Разрабатываются различные методики развития креативности у детей, усиления творческих способностей в зрелом и пожилом возрасте. Описываются и изучаются отдельные редкие индивиды, отличающиеся по ряду параметров от основной популяции. Эти индивиды (креативные личности) обладают определённым набором психологических характеристик, которые они где-то (то ли по наследству, то ли в школу специальную ходили) получили и вечно придумывают что-то новое, всегда идут своим путём, не могут усидеть на одном месте. Поль Торренс — основоположник психологии креативности писал, что «креативность — это значит копать глубже, смотреть лучше, исправлять ошибки, беседовать с кошкой, нырять в глубину, проходить сквозь стены, зажигать солнце, строить замок на песке, приветствовать будущее»²³.

Но не это интересует большинство людей. Никто не станет выкладывать деньги, чтобы научить дочь разговаривать с кошкой, а сына — строить замок на песке. Креативностью интересуются постольку, поскольку на креативности стало возможно делать деньги. Ведь эти отдельно взятые личности периодически что-то там открывают, и на этом можно делать бизнес.

«Ага!» — думают психологи и целыми школами и научными направлениями проблему эту, то есть креативность, изучают, а на базе изученного пытаются разработать различные комплексы мероприятий, как эту креативность в детстве прививать —

²³ Краткий тест творческого мышления. Фигурная форма. — М., 1995. — С. 3.

«развивающее обучение» называется.

Всё это имеет столько же шансов на успех, сколько попытка с детства воспитать из девочки мальчика или из мальчика девочку. То есть не то чтобы ничего не получилось, но просто то, что получится, глаз отнюдь не радуется, само по себе вызывает сожаление, а иногда ещё и требует специальной психологической и психотерапевтической помощи. Попробуйте сделать из нормального ребёнка креативную личность — получите невротика, алкоголика, наркомана или суицидента. Попробуйте сделать из креативного ребёнка нормальную личность — получите то же самое.

Только тот факт, что на креативности можно стало делать деньги, стимулирует многочисленные псевдонаучные исследования и рекомендации по развитию этого качества.

Соотношение нормальных и креативных личностей, существующее в популяции, — естественным образом сбалансированный процесс, не требующий и не допускающий каких-либо посторонних вмешательств. Интенсивные попытки стимуляции психической деятельности, предпринимаемые уже не только в детском и подростковом возрасте, но и в зрелом и пожилом, вызывают самые большие опасения. Нельзя рассматривать креативную личность как образец абсолютной нормы, как максимальное проявление человеческой сущности, как полную актуализацию личности, как вершину человеческого рода. И уж тем более нельзя искусственно переносить законы психологического функционирования креативной личности на нормального ребёнка и заставлять его «функционировать» в несвойственной ему манере.

Например, если рост в основной популяции составляет в среднем 160—170 см, то какой-то процент обязательно выходит по этому показателю за пределы нормы. Есть люди, рост которых составляет 200 и более сантиметров. Такие люди не представляют собой патологии. Они являются отклонением. И никому не нужно доказывать, что им в чём-то сложнее адаптироваться к окружающей среде. Что произойдёт, если мы начнём рассматривать людей с двухметровым ростом как «полностью выросших», а всех остальных как «неполноценных» или «не полностью актуализированных»?

Равным образом, есть креативные личности, активность и

пластичность психических процессов которых продолжает оставаться на относительно высоком уровне (по сравнению с общей популяцией) дольше, чем в норме. Это отклонение. Таким людям также в чём-то сложнее адаптироваться к окружающей среде, поскольку мир, который их окружает,— это не их мир, это не мир, который рассчитан на них,— это мир нормальных людей, мир, адаптированный к особенностям социального и психологического функционирования нормальных людей, мир, живущий по нормальным законам, мир с нормальными ценностями и интересами.

Глупо, как каждый понимает, пытаться разработать методики, которые позволили бы основной массе населения увеличить свой рост, хотя теоретически это, вероятно, возможно. Для баскетбольных команд стараются отобрать людей с естественно высоким ростом, а не вытягивают подростков на специальных станках.

Однако задумаемся, что же происходит в психологии в целом и в педагогике в частности по отношению к проблеме креативности? Чем, если не «вытягиванием за уши», можно назвать знаменитое «развивающее обучение»? Родители согласны платить огромные деньги, лишь бы погрузить своего ребёнка в систему максимального информационного нагнетания, лишь бы втиснуть в ребёнка всю мыслимую и немыслимую информацию, совершенно не учитывая его индивидуальные особенности. Это напоминает насилие.

У Роджерса (при всём моём неприятии гуманистической психологии) есть хорошее сравнение: «фермер не может заставить росток развиваться и прорасти из семени, он только может создать такие условия для его роста, которые позволят семени проявить свои собственные скрытые возможности. Так же обстоит дело и с творчеством»²⁴. Это хорошее напоминание тем педагогам, которые считают, что креативность — это та волшебная жидкость, которой они поливают детей и которая обладает магической способностью из каждой «землянички» вырастить «клубничку». Ещё Гельвеций по этому поводу говорил, что посредством воспитания можно заставить плясать медведей, но нельзя создать гениального человека.

Педагогам бы решить проблему, как не тормозить

²⁴ Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека.— М., 1994.— С. 61.

психическое развитие ребёнка и подростка, чтобы не выступать в роли психических компрачи́ков, а уж кому и на сколько дано вырасти духовно и интеллектуально, природа решит сама. Не нужно её подправлять. Как писал основоположник гештальттерапии Фредерик Пёрлз: «Не нужно толкать реку, пусть она течёт сама»²⁵. Ведь всё, что требуется от родителей, воспитателей и учителей, это обеспечить свободный доступ ребёнка к информационному потоку в широком смысле этого слова, и он впитаёт в себя ровно столько, сколько позволят ему его собственные потенции. Он будет аутентичен. Он будет самоактуализирован, если угодно. Если исключить грубые случаи с сенсорной депривацией, ребёнок, воспитывающийся в естественной среде, без внешнего вмешательства сумеет компенсировать возникший информационный голод.

Не страшно, если ребёнку кто-то что-то «не додаст». Образующийся вакуум будет заполнен естественным путём китайским языком, интегральными вычислениями, анатомированием лягушек и тому подобными, с нормальной точки зрения, «странными» материями.

Страшно в данной ситуации другое. Страшно, если в ограниченную форму попытаться вложить большее содержание, чем она может вместить. Психика ребёнка и подростка чрезвычайно пластична. До поры до времени она стерпит всё, но рано или поздно неминуемо ответит целым залпом психосоматических нарушений, неврозов, аддиктивным и суицидальным поведением.

*

Креативность — как мне кажется, это не особое свойство мозга, а одна из основных задач психики — способность центральной нервной системы создавать (creation — от лат. создавать, творить) субъективную модель мира с помощью сенсорных, мнестических, когнитивных и аффективных систем в целях максимально гибкой адаптации индивида к окружающей среде.

В большинстве работ, посвящённых проблеме креативности, содержатся указания на особые свойства креативной

²⁵ Пёрлз Ф.С. Внутри и вне помойного ведра /Пер. с англ.— СПб., 1995.— С. 25.

психической деятельности, на особый способ восприятия и преломления объективной реальности, особенность личностного функционирования, связанного со способностью глубже мыслить, глубже вникать, глубже смотреть, гибче действовать.

Психическая деятельность ребёнка, познающего окружающий мир, носит креативный характер, но мы не всегда назовём её творческой. Деятельность ребёнка, изобретающего с товарищами новую игру, первые детские рисунки, самостоятельно сделанный домик из кубиков — мы уже можем назвать творчеством (детским творчеством), потому что в этом случае мы имеем перед собой оригинальный результат креативной и творческой деятельности, совпадающих в этом случае по смысловому содержанию. Практически всегда, говоря о творческой деятельности, мы подразумеваем и определённый продукт этой деятельности, будь то рисунок, стихотворение или самостоятельная идея. При этом в русском языке принято также и продукты творчества называть «творчеством». То есть данный термин выходит за пределы сферы личности и переходит на результаты деятельности личности.

В отношении термина «креативность» подобный переход невозможен. В термине «творческий» имеется более определительный, нежели содержательный смысл, который можно было бы выразить при переводе термина «creativity» на русский язык как «творчество». Когда мы говорим о креативности, мы имеем в виду процесс субъективного познания индивидом феноменальной и смысловой сущности окружающего мира, объективной реальности. Речь не идёт о создании зримого, вещественного, материального продукта. Результатом креативного процесса является само формирование личности, создание уникального микрокосмоса — человеческой индивидуальной психики.

Процесс этот зависит как от биологических, так и от социальных факторов. К биологическим факторам формирования субъективной психической деятельности относятся наследственно обусловленное морфологическое устройство головного мозга, включая нейронную организацию коры головного мозга, подкорковые системы, стволые структуры,

сложнейшую систему коллатеральных взаимосвязей как между нервными клетками, так и между отделами головного мозга.

При грубых дефектах строения мозга у человека в первую очередь нарушается способность воспринимать и усваивать тонкие феномены и смысловые связи между ними. Это находит своё отражение в неспособности адекватного усвоения понятийной системы, сложных поведенческих навыков, аффективной грубости. У олигофрена страдает не только интеллект и мышление, но и вся система взаимообмена информацией с окружающей средой — эмоции, тонкая моторика, память.

Чем более сложную морфологическую структуру имеет головной мозг, тем более тонкую и сложную когнитивную сетку может «накинуть» индивид на окружающую среду, в которую он погружается после рождения, тем более мелкие феномены он способен вычленивать из «сенсорного шума» и сенсорного хаоса, тем более тонкие связи он устанавливает между феноменами. Этот закон применим как для филогенеза, так и для дифференциации человеческих индивидуальностей.

Известный российский психиатр Ушаков писал, что «элементы, общие для разума человека и животных, не только доказывают историческую преемственность, единство филогенеза механизмов психики, но и раскрывают те особенности её, которые наиболее полно обусловлены свойствами генетической матрицы... Биологическая, физико-химическая матрица, на основе которой формируется психика, наследуется по общим законам... и пространственно временные параметры объектов и обстоятельств окружающего мира принципиально однотипно (у человека и животных) трансформируются в физико-химические матрицы, которые в свою очередь становятся основой формирования как субъективного образа (разной сложности — подчёркивает Ушаков), так и отношения особи к самим таким объектам и обстоятельствам»²⁶.

Если нет морфологической базы — никакое обучение не исправит положения. Можно сто раз объяснять олигофрену, что

²⁶ Ушаков Г.К. Этология и персонология // Сб. трудов XIX—XX. — Тбилиси, 1974. — С. 89—92.

птица отличается от самолёта тем, что птица — живая, а самолёт — нет, и трамвай от лошади — тем же, но спросите его после этого, чем отличается слон от машины, он в сотый раз начнёт вам отвечать, что у машины есть руль, а у слона нет, что у машины четыре колеса, а у слона — четыре ноги...

Почему это происходит? Потому что понятие «живое» — абстрактное, тонкое, нежное, гибкое, «жидкое». Слон — вот он, руль — вот он, машина — вот она, а попробуйте дать определение понятию «живое». Олигофрен не способен удержать столь сложное понятие в крупнаячейистой когнитивной матрице или когнитивной сетке, которую способен создать его дефектный мозг. В этом отношении всегда жалко учителей: на 90 процентов их работа заключается в том, что они льют воду в решето, поскольку, как мы понимаем, не существует принципиального деления: вот мы — нормальные и вот они — олигофрены. Существует стандартное колоколообразное распределение особей в популяции, характерное для любого признака, в том числе и для феномена структурности когнитивной сетки, с постепенным переходом от людей с очень крупнаячейистым мышлением (владеющих десятью—двадцатью понятиями типа «дай», «хочу», «ням-ням») до людей с очень мелкаячейистым мышлением (не только владеющих десятками тысяч понятий, но и которые ещё и страдают от недостатка имеющихся понятий и которые постоянно убеждаются, что тот мир, который они видят, то есть который позволяет им видеть их мелкаячейистая когнитивная сетка, не укладывается, как в прокрустово ложе, в те слишком грубые понятия, которыми пользуется большинство людей). Может быть, поэтому музыка и поэзия всегда считались вершиной среди всех искусств. Ведь в поэзии, как и в музыке, самое главное не в словах, а за словами, в тех отдалённых невыразимых вторичных и третичных ассоциациях, которые рождаются при исполнении поэтического произведения.

Ломброзо находил основное физиологическое отличие гениального человека от обыкновенного в утончённой и почти болезненной впечатлительности первого. «По мере развития умственных способностей впечатлительность растёт и достигает наибольшей силы в гениальных личностях, — писал он, — являясь источником их страданий и славы. Эти избранные

натуры более чувствительны в количественном и качественном отношении, чем простые смертные... Мелочи, случайные обстоятельства, подробности, незаметные для обыкновенного человека, глубоко западают им в душу и перерабатываются на тысячи ладов, чтобы воспроизвести то, что обыкновенно называют творчеством, хотя это только бинарные и кватернарные комбинации ощущений»²⁷.

Тонкость структурной организации головного мозга, тонкость и сложность когнитивной сетки — это только один из биологических факторов. Какую бы мелкую сеть мы не опустили в воду, мы ничего не поймем, если не будем прилагать ещё и энергичные усилия, если мы не будем тащить эту сеть. Поэтому второй биологический фактор — это энергетический фактор, или активность мозговых процессов, или активность психической деятельности. Обобщая имеющиеся по этому вопросу данные, Лейтес сформулировал положение о том, что «свойства нервной системы имеют отношение к общей психической активности человека, связанной с энергетическими характеристиками его деятельности»²⁸.

В тех случаях — когда мы имеем перед собой сочетание повышенной мозговой активности и врождённую филигранность структурной организации мозгового вещества, когнитивной сетки — мы имеем право ожидать возникновения феномена креативной личности.

Одна только энергия, равно как одно только хорошее устройство головного мозга, ничего не даёт. При отсутствии хорошо организованной когнитивной матрицы (ещё в начале века физиологи поняли тормозящую роль коры) вся психическая энергия будет выплёскиваться лишь в недифференцированных, грубых, brutальных эмоциях и мы будем иметь перед собой возбудимого олигофрена, или психопата или несчастного «деревенского философа», всю жизнь посвятившего изобретению вечного двигателя, нового способа улучшения жизни всего человечества путём использования новой солонки, новый способ «разубеждения бреда» и т.п.

²⁷ Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство. — М., 1995. — С. 26.

²⁸ Лейтес Н.С. К вопросу о динамической стороне психической активности // Проблемы дифференциальной психофизиологии. — М., 1977. — С. 164—179.

Однако мы забыли про социальный фактор. Оказывает ли социальная среда какое-либо влияние на формирование креативной личности? Несомненно, да. Как социальная среда наполняет и формирует основу личности вообще, так же она формирует и наполняет основу креативной личности. Другое дело, что креативная личность в результате и в процессе своего более длительного формирования перерастает возможности окружающей среды. Если примитивная личность усваивает ту часть социальной системы, которая необходима ей для более или менее успешной социальной адаптации и в значительной степени равна этой системе или меньше её, то креативная личность (в силу того, что потребность в информационном поглощении у неё значительно превышает те возможности, которые может предоставить общество в готовом виде, так сказать, в виде полуфабрикатов) в определённый момент перерастает любое общество и оказывается неожиданно для себя вне общества — на границе между спокойной информационно-бедной известностью и непознанным хаосом мира, на границе «terra incognita».

Креативная личность вырастает не в инкубаторе и не на необитаемом острове, и поэтому ничто человеческое ей не чуждо, но жажда нового, другой мир, мир, который не видят и не хотят видеть большинство людей, манит её — и ничто человеческое ей не интересно. Характерный признак одарённости, по мнению Мясищева, заключается именно в «опережении человеком предъявляемых к нему требований непосредственной узкой среды»²⁹. Рано или поздно любая креативная личность остаётся вне общества.

Между креативной деятельностью ребёнка и креативной деятельностью креативной личности нет никаких принципиальных различий. И в том и в другом случае речь идёт о познании, то есть о поглощении, интериоризации, упорядочивании, структуризации объективной реальности в субъективном мире. В результате этой деятельности у ребёнка возникают навыки, развивается речь, накапливается индивидуальный опыт, но этот опыт имеет социальную природу. Ребёнок учится ходить, но он ходит, как все; ребёнок учится говорить, но он говорит на том же языке, что и окружающие;

²⁹ Мясищев В.Н. Психология отношений. — Воронеж, 1995. — С. 321.

ребёнок учится думать, но и думает он так же, как и прочие. На все эти процессы тратится гигантское количество энергии, и она у ребёнка есть. Но, чтобы научиться видеть не как все, думать не как все, говорить не как все, необходимо ещё большее количество энергии, с одной стороны, и время — с другой. Никто ещё не стал великим поэтом, не научившись перед этим просто говорить, «не проговорив в своей поэзии поэзию других», никто не стал великим учёным, не научившись просто анализировать факты так, как это делали тысячи людей до него. И только вмести в себе всё это, если только у человека ещё остались силы, он начинает говорить *своим* языком и оставляет *свой* вклад в живописи, поэзии, литературе, музыке, науке. Человек расширяет в своей креативной деятельности сферу познанного мира, он стоит на границе познания и, глядя в неизведанное, в ничто, как маленький ребёнок, рисует на бумаге нечто лишь отдалённо напоминающее реальное лицо или лошадку, так и креативная личность рисует в своём творчестве отдалённое подобие того, что никто и никогда ещё не видел. Он рисует мир. Те, кто придут вслед за ним, усовершенствуют его рисунок. Таким образом я понимаю феномен креативности и креативной деятельности.

*

Количество верований, искренних заблуждений и иллюзий, с которыми мы на каждом шагу сталкиваемся (как мы могли выше убедиться), настолько велико, что я считаю необходимым перед тем, как перейти к рассуждениям по проблеме авитальной активности, обозначить, стараясь быть максимально точным: что я могу с достаточной долей уверенности утверждать? что я вижу?

1. *Я вижу, что существует мир.*

То есть я *допускаю*, что мой субъективный образ мира является схемой объективно существующей реальности. При этом я мыслю себя частью мира и, независимо от своей воли, подчиняюсь его законам. Мой образ мира зависит от свойств мира, свойств моего мозга и направленности моего ассимиляционного процесса³⁰.

³⁰ Более подробно об этом см.: Вагин Ю.Р. Креативные и примитивные. Основы

Я переживаю своё бытие относительно бытия окружающего мира, правда, я не знаю наверняка, а лишь допускаю его объективность и независимость от меня. Я могу также, придерживаясь субъективно-идеалистических или солипсических позиций, допустить, что «внешний» мир является порождением моей психики, но не могу доказать истинность ни того ни другого допущения. Мне удобнее и проще жить, допуская объективность внешней реальности — это все, что я могу с достаточной долей уверенности сказать. Другой человек, поскольку я уже допустил его независимое от меня существование, может переживать своё и моё бытие по-другому, если ему так удобнее.

2. Я вижу, что мир закономерен.

Мир, который я воспринимаю, закономерен. Вернее, я воспринимаю лишь его закономерную часть. Я могу допустить существование мира, в котором отсутствует закономерность, но я его не воспринимаю. Всё, воспринимаемое мною в мире, взаимосвязано и в большей или меньшей степени предопределено. Поэтому я допускаю, что закономерность и предопределённость — внутреннее свойство мира. Я могу допустить существование управляющей и предопределяющей силы вне мира, как это делают другие люди, но мне удобнее и проще этого не делать. На вопрос: «Есть Бог или нет?» — я не могу дать ответ, но, спрашивая себя: «Зачем мне Бог?», я могу ответить в соответствии с моим настоящим состоянием: «Для понимания мира в целом и себя как части мира мне Бог не нужен». Я вижу идею Бога в субъективных схемах реальности других людей, и эта идея полезна мне для объяснения их поведения, но для понимания мира идея Бога даёт мне не больше, чем идея закономерности мира. При этом я вполне допускаю, что в процессе старения, когда моя же психическая активность снизится настолько, что я не смогу понимать и принимать мир так, как сейчас, мне понадобится идея Бога. Но тогда всего того, что я понимаю сейчас, я уже не буду понимать.

3. Я вижу, что мир структурирован и энергетичен.

Мир, который я воспринимаю, не однороден. Поскольку я *воспринимаю* мир, я воспринимаю его как структуру, как фигуру,

как гештальт, как конечное разнообразие. Неструктурный мир не доступен моему восприятию.

Структурность мира, очевидно, связана с его энергетичностью. Я вижу, что изменение структуры мира связано с изменением энергии, а изменение энергии связано с изменением структуры (пар — вода — лёд). Чем сложнее структура мира, тем меньше энергии остаётся в свободном состоянии. Каждая структура связывает и несёт в себе энергию. Распад структуры приводит к освобождению энергии так же, как распад ядра атома приводит к освобождению энергии, которая, изменяя в свою очередь структуру пространства вокруг, постепенно переходит в связанное состояние. Избыток свободной энергии приводит к процессу структурообразования. Недостаток — к распаду структуры и высвобождению энергии.

4. Я вижу, что мир флюктуирует.

Процессы перемещения энергии, структурообразования и структурораспада подвержены *флюктуации*, то есть периодическому колебанию.

Специалисты по макромиру полагают, что мы живём в галактике, образовавшейся путём взрыва (то есть скачкообразного перехода) некоей высокоструктурированной материи, чьи исчерпавшиеся возможности не смогли сдержать энергию, и она вырвалась наружу, приведя к образованию новых форм материи (частью которых является и наша солнечная система, и наша планета, и все мы). Расширяясь, галактика теряет свободную энергию и увеличивает свою структурность. Высказывается вполне разумное предположение, что по прошествии некоего времени Солнце, исчерпав свои возможности, погаснет. Если мы не научимся к тому времени каким-то образом компенсировать недостаток солнечной энергии, жизнь на Земле прекратится.

Процессы переструктурирования при изменении количества энергии закономерны. Они подчиняются внутренней логике бытия, они имманентны бытию, они периодичны. Мир, который я воспринимаю, флюктуирует и пульсирует. Он сворачивается и разворачивается, расширяется и сужается, увеличивается и уменьшается.

5. Я вижу жизнь, или витальную активность.

Я вижу жизнь как часть мира. Она закономерна. Она структурна и энергетична. Она флуктуирует — её интенсивность периодически колеблется. Я предполагаю, что жизнь — одна из форм флюктуации бытия, приводящая к временному увеличению структурной организации материи и уменьшению количества свободной энергии. Я предполагаю, что смерть — другая сторона этой флюктуации, в процессе которой происходит деструктуризация и освобождение связанной ранее в живой структуре энергии. Биологическая жизнь является одной из форм организации мира, который возникает при комплексе условий, включающих в себя определённый уровень свободной энергии и предполагающих наличие определённых химических элементов. Жизнь и существует для связи свободной энергии и уменьшения напряжения в локальном участке мира. В этом её цель и смысл.

Если бы бытие обладало чувствительностью и эмоциями, если бы космос был одушевлённым (как его воспринимали древние греки), усиление напряжения в его локальном участке, несомненно, сопровождалось бы чувством неудовольствия, боли и стремлением избавиться от этого напряжения. И мы, на самом деле, видим, что мир ведёт себя именно подобным образом: бытие постоянно создаёт и разрушает структуры, связывая и отдавая свободную энергию. Живое — одна из таких структур.

Бытие, самопорождающее жизнь, каждый раз, возможно, испытывает такое же облегчение, как и мать, разрешившаяся от бремени. Сама новорожденная жизнь в процессе самоструктурирования испытывает мощное чувство напряжения и неудовольствия из-за собственной нестабильности и гигантской разницы потенциалов, которая неминуемым образом притягивает к структурообразующему центру жизни (молекуле ДНК) огромное количество вещества. Два генетических носителя (яйцеклетка и сперматозоид), соединившись вместе, начинают действовать как настоящая чёрная дыра, которая засасывает в себя, как смерч, гигантское количество вещества из окружающего мира вплоть до того момента, пока разница потенциалов не выравняется и сформированная система не начнёт постепенно распадаться. Завершение самоструктурирования — это и есть, по большому счёту, смерть системы.

Наблюдая мир вокруг себя, над собой, внутри себя, я

наблюдаю бесконечный процесс образования и распада структур. Наша жизнь и смерть — разновидности общего мирового закона, в соответствии с которым материя структурируется и деструктурируется, созидается и разрушается, соединяется и распадается.

С самого момента зачатия, когда два комочка вещества, которые мы называем половыми клетками, соединяются друг с другом, помимо нашего субъективного желания, мы влекомы к смерти, к максимально уравновешенному состоянию. В процессе этого движения к смерти внутри нас периодически создаётся напряжение, побуждающее нас к созданию условий для соединения половых клеток и продолжения жизни после нашей смерти. Эти соединившиеся половые клетки мы часто справедливо называем смыслом нашей жизни.

Когда природа создавала нас и вкладывала программу жизнеобеспечения, она позаботилась лишь о том, чтобы установить постоянную «разницу напряжения» между чувством удовольствия и чувством неудовольствия. Мы стремимся к снижению напряжения и удовольствию и всеми силами бежим от усиления напряжения и неудовольствия. Этот закон Фрейд положил в основу психоаналитической теории.

Самоструктуризация и порождение новой жизни — смысл жизни. Удовольствие, сопровождающее движение от жизни к смерти,— единственная награда за страдания, которые мы испытываем на этом пути.

Но Создатель явно не учёл сообразительности своего создания. Он, очевидно, рассчитывал, что человек будет мужественно преодолевать все тяготы жизни: «плодиться и размножаться, наполнять Землю и овладевать ею, владычествовать над рыбами морскими и птицами небесными, и над всяким животным, пресмыкающимся по земле». Ничего подобного. Стоило Создателю ненадолго отлучиться — человек нашёл и скушал запретное яблоко. Наказание в виде ссылки на Землю не помогло — человек тут же нашёл виноградник и научился делать из него вино. Даже в холодной и дождливой Британии около стен старинного здания времён римской империи были найдены остатки виноградной лозы того времени. Даже там пытались выращивать виноград. Господь явно давно

уже, глядя на всё это безобразие, «умыл руки», предоставив нас самим себе.

Есть некоторые основания подозревать, что если Господь в ближайшее время не вернётся и не наведёт порядок в своём хозяйстве, у Него есть все шансы по возвращении обнаружить спившихся Адама с Евой, которые повесились на той самой яблоне, с плода которой всё и началось.

Глава 2

Витальная активность подростков

*

Подготовив несколько теоретическую базу, мы переходим к проблемам динамики витальной активности подростков и возможным путям её отклонения. Поскольку понятие отклоняющегося (девиантного) поведения тесно связано с понятием нормы, возникает вопрос, что считать нормой. Специалист по подростковому пограничным состояниям Ганнушкин ещё в начале двадцатого века писал, что та промежуточная полоса, которая отделяет душевное здоровье от душевной болезни и которая в то же самое время и соединяет друг с другом эти две формы человеческого существования, оказывается необычайно широкой, а две границы, которые отделяют её — одна от здоровья, другая от болезни, оказываются крайне неустойчивыми и крайне неопределёнными.

В биологии всех людей принято делить на две группы:

большинство, обладающее признаками, укладывающимися в пределы нормы, и незначительное меньшинство, обладающее признаками, которые выходят за пределы нормы и рассматриваются как отклонения. Линией разграничения между «нормой» и «не нормой» принято считать так называемый 95-процентный уровень. Это означает, что все признаки, не укладывающиеся в те, которыми обладают 95 процентов особей популяции, признают отклонениями и любую особь, обладающую такими признаками, рассматривают как отклоняющуюся от нормы. Подобным образом всех людей можно разделить по массе биохимических, физиологических, психологических и поведенческих признаков, однако ещё Роджер Уильямс писал, что «эту точку зрения чаще молчаливо принимают, чем высказывают»³¹.

В нашем случае, чтобы понять отклоняющееся поведение подростков, мы должны иметь какое-то представление о том, от чего оно, собственно, отклоняется. Что такое «нормальное подростковое поведение»? Как нужно жить и развиваться подростку, чтобы «никуда не отклоняться» (особенно в сторону преждевременной биологической и социальной смерти)? Кто видел и знает ту карту, на которой изображён наш правильный жизненный путь и с помощью которой можно смело идти по жизни без риска заблудиться, угодить в болото или сорваться в пропасть? Даже странно, что учёные пытаются найти ответ на этот вопрос. Странно потому, что он кажется неразрешимым в принципе. Слишком все мы разные: мужчины и женщины; мужчины — бывшие женщины — и женщины — бывшие мужчины; чёрные, белые и жёлтые; живущие в городах и в лесной глуши; верующие в Христа, Будду, Магомета и неверующие. Что является тем внутренним ядром, или стержнем, который объединяет всех представителей человеческого рода вне зависимости от их расовых, половых, культурных, социальных и психологических особенностей?

*

В психологии и педагогике традиционно принято рассматривать психоаналитическую теорию Фрейда как одну из

³¹ Уильямс Р. Биохимическая индивидуальность /Пер. с англ.— М., 1960.— С. 112.

самых ранних теорий, объясняющих социальное и личностное развитие ребёнка и подростка. Это не совсем верно, поскольку динамическая теория личности Фрейда в первую очередь подразумевала не столько личностную жизненную динамику, сколько внутриличностные процессы между подструктурами Ид, Эго и Суперэго. Фрейд полагал, что становление личности определяется первыми пятью годами жизни, и практически не уделял внимания личностным изменениям в период зрелости и в дальнейшем. В какой-то мере, благодаря этому заблуждению Фрейда, в исследованиях онтогенетической динамики личностного бытия до сих пор существует грубая диспропорция. С одной стороны, социальная психология, возрастная психология, психология развития, психоанализ предоставляют нам блестящие образцы исследований этапов личностного онтогенеза в раннем детстве и подростковом возрасте, но, с другой стороны, исследования, посвящённые личностному онтогенезу в зрелом возрасте, а также особенностям функционирования личности в поздние периоды онтогенеза исчисляются единицами. Для примера, в одном из основных американских руководств по психологии социальному и личностному развитию ребёнка и подростка отводится пятнадцать страниц, а всем личностным трансформациям зрелого и пожилого возраста вместе взятым — три страницы³². Точно так же Эрик Берн, говоря о росте индивида, личностному развитию ребёнка и подростка отводит тридцать страниц, а особенностям личностных трансформаций взрослых и пожилых людей — две страницы³³. И это общая тенденция. В пособии по истории психологии для высшей школы вопросам личностных трансформаций зрелого и пожилого возраста не уделяется вообще ни строчки, а о фундаментальных исследованиях Эриксона и Левинсона даже не упоминается³⁴.

Фрейд не был, конечно, и первым исследователем, обратившим внимание на трансформацию личности в процессе онтогенеза. Он был одним из первых, кто подошёл к этой

³² Wortman C.B., Loftus E.F. Psychology.— N.Y., 1988.— P. 57.

³³ Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвящённых /Пер. с англ.— СПб., 1992.— С. 99—130.

³⁴ Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История психологии.— М., 1994.— С. 36.

проблеме с научной точки зрения, постарался не только описать наблюдаемые феномены, но и попытался найти теоретическое объяснение им, постоянно проверяя в своей практической деятельности правомочность выдвигаемых им гипотез.

Динамические аспекты личности изучались первоначально не столько психологами, сколько философами. Что и не удивительно, если рассматривать философию как предтечу не только психологии, но науки в целом.

В плане динамики личностного бытия в первую очередь можно вспомнить знаменитый заочный спор между Локком и Лейбницем по поводу природы зарождения психики в процессе индивидуального онтогенеза. В XVIII веке ими были высказаны две взаимоисключающие точки зрения на природу психики человека, и эти точки зрения до сих пор в какой-то степени оказывают своё влияние на развитие психологической и философской мысли. Локк выдвинул идею «чистой доски» (*tabula rasa*), считая, что человек рождается с готовой полипотентной центральной нервной системой, которая, как чистый лист бумаги, пассивно запечатлевает всё то, что вписывают туда родители, воспитатели и учителя. Лейбниц, напротив, полагал, что человек имеет врождённые и передающиеся по наследству задатки, которые определяют судьбу человека, с трудом трансформируясь под воздействием внешних факторов.

Особый интерес для динамического направления в психологии имеют труды датского философа Сёрена Кьеркегора. Он одним из первых поставил динамический, онтогенетический аспект человеческого существования (экзистенции) во главу своего учения. Выдвинув проблему человеческой личности и её индивидуальной судьбы после столетий теоцентрической догматики на первый план и сделав центральной в этой теме (как и греческие софисты, как и Сократ) проблему человеческой субъективности и выбора в процессе жизни, Кьеркегор по сути дела положил начало не только развитию динамического направления в персонологии, но и явился предшественником целого направления в философии — экзистенциализма.

С религиозной точки зрения жизнь человека рассматривалась в динамическом аспекте как некий подготовительный этап для

последующей вечной жизни, которая по смыслу и есть конечная цель земного бытия, когда смерть, как писал К. Бальмонт, «... начало жизни, того существования неземного, перед которым наша жизнь темна, как миг тоски — пред радостью беспечной, как чёрный грех — пред детской чистотой...».

На этом фоне Кьеркегора больше интересовала динамика именно земного бытия человека, проблемы связанные с этой динамикой, и даже те вопросы к решению которых подошёл Эрик Эриксон и другие учёные только в конце XX века.

Кьеркегор описал три стадии человеческого существования: эстетическую, этическую и религиозную. Первая, эстетическая стадия существования, рассмотрением которой открывается учение Кьеркегора,— это попытка человека организовать свою жизнь, основываясь целиком на собственных силах, уме, таланте, воле и красоте. «Эстетик» как бы рассчитывает в любой ситуации оказаться выше обстоятельств и случая. Его уверенность основана на негативном отношении к реальности. Таким образом, на эстетической стадии существования человек чувствует свою силу, ценность и действительность только при условии независимости, свободы от того, как сложатся обстоятельства. Поэтому именно возможности, а не заступившая на их место фактичность, обладают эстетической значимостью. В том, как описывает Кьеркегор эстетическую стадию существования, мы легко узнаём описание подросткового периода, предшествующего периоду зрелости.

Однако Кьеркегор считает, что человек не может длительно существовать на эстетической стадии. Действительность постоянно захватывает человека (подростка) врасплох, он начинает терять власть над своей жизнью. У человека, находящегося на эстетической стадии существования, имеются только два пути: либо перейти на этическую стадию существования, в которой индивид отказывается противопоставлять себя окружающей действительности, либо выбрать самоубийство.

В «этике» Кьеркегора мы легко можем узнать нормальную социализированную зрелую личность. «Этик» видит смысл своего существования в гармонии с окружающими, в служении людям и выполнении своего долга перед людьми, он «стремится

отождествить своё случайное непосредственное «Я» с «общечеловеческим». Целью истинного этика является *«не одно его личное, но и социальное и гражданское «Я»* — то, что позднее Эриксон обозначит ёмкой категорией «генеративность».

Кьеркегор удивительным образом сумел отразить только-только зарождающееся явление возрастного кризиса. Он осуждает молодых людей — «эстетиков», не желающих переходить на этическую стадию существования (не желающих взрослеть). При всех недостатках глубина прозрения Кьеркегора и точность его описаний действительной динамики личностного бытия удивительна. Кьеркегора (а не Фрейда) смело можно считать не только основоположником экзистенциальной философии, но и динамической персонологии, столь значительный пласт проблем, касающихся динамики бытия человеческой личности, затронул в своих работах этот удивительный человек, в которого при жизни мальчишки бросали камни, когда он шёл по улицам Копенгагена.

Только в конце XIX — начале XX веков к проблемам динамики личностного бытия начали подходить представители зарождающейся науки — психологии. Первые научные монографии о проблемах подросткового периода появились лишь в конце XIX века.

Огромный вклад в изучение индивидуальных динамических основ личностного бытия внёс российский ученый Борис Ананьев, который подчёркивал, что для психологии особую важность имеет вопрос о тех первичных свойствах, или особенностях, человеческой природы, взаимодействия которых определяют темперамент и задатки, мотивацию элементарных действий и их тонус, общее во всех первичных свойствах человека как индивида, заключённое в их генетической обусловленности.

Ананьев не отрицал, что жизненный путь человека — это история формирования и развития личности в определённом социуме. «Человек является современником определённой эпохи и сверстником определённого поколения. Фазы жизненного пути датируются историческими событиями и сменой способов воспитания, изменениями образа жизни и системы отношений, суммой ценностей и жизненной программой — всеми теми

целями и общим смыслом жизни, которыми данная личность владеет,— писал он,— но фазы жизненного пути накладываются (а ещё более накладывают) на возрастные стадии онтогенеза, причём в такой степени, что некоторые возрастные стадии обозначаются как фазы жизненного пути, например, преддошкольное, дошкольное и школьное детство. Практически ступени общественного воспитания, образования и обучения, составляющие совокупность подготовительных фаз жизненного пути, формирования личности стали определяющими характеристиками периодов роста и созревания индивида»³⁵.

Возражая против подобной тенденции, Ананьев предлагал выделять три группы природных свойств (конституциональные, нейродинамические и билатеральные — особенности симметрии организма), которые могли бы образовать класс первичных индивидуально-типических свойств. Для Ананьева была несомненна зависимость вторичных психических свойств от конституциональных и нейродинамических первичных свойств.

Возрастная психология сравнительно мало интересуется биологическими процессами, лежащими в основе социального развития ребёнка и подростка, хотя, конечно, и она не может обходить такие проблемы, как пубертатный криз или физиологическая старость. Такой перекося с признанием только социальной обусловленности развития личности (с точки зрения марксистско-ленинской психологии даже свойства темперамента «изменчивы и воспитуемы» — сетовал в своё время Мерлин³⁶) привёл к тому, что психология, открыто декларируя свою неразрывную связь с нейрофизиологией и физиологией, на самом деле воспользовалась и востребовала только структурную часть биологических исследований личности, касающуюся учения о темпераменте, конституции, типах нервной деятельности, напрочь отвергая обусловленность динамики «вершинных» психических процессов «глубинными» подводными течениями. Даже Фрейд, который в целом мало задумывался над процессом онтогенетического изменения энергетического потенциала человека, считая его чем-то раз и навсегда данным и неизменным, вызывал у советских психологов дикий ужас

³⁵ Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания.— Л., 1969.— С. 68.

³⁶ Мерлин В.С. Очерк теории темперамента.— М., 1964.— С. 176.

попытками обусловить социальную жизнь человека какими-то динамическими биологическими процессами.

Ананьев являлся, можно сказать, единственным представителем динамического направления в отечественной психологии в период запрета психоанализа, а также одним из первых, если не единственным отечественным психологом, который смело выступил против дурных теорий бесконечного развития личности. Он прямо указывал на разновременность моментов, характеризующих финал человеческой жизни. Финалом для индивида является смерть, с которой прекращается существование человека как личности. «Историческая личность и творческий деятель, оставившие потомкам выдающиеся материальные и духовные ценности, в какой-то степени обретают социальное бессмертие... Но нас в большей мере, чем бессмертие, интересует парадокс завершения человеческой жизни,— писал Ананьев.— Парадокс этот заключается в том, что во многих случаях те или другие формы человеческого существования прекращаются ещё при жизни человека как индивида, то есть их умирание наступает раньше, чем физическое одряхление от старости... Речь идёт о, так сказать, нормальном состоянии, при котором человек сам развивается в направлении растущей социальной изоляции, постепенно отказываясь от многих функций и ролей в обществе, используя своё право на социальное обеспечение. Постепенное «освобождение» от обязанностей и связанных с ними функций приводит к соразмерному сужению объёма личностных свойств»³⁷. Одним из первых Ананьев признал нормальную личностную инволюцию и нормальное «сужение объёма личностных свойств».

Ананьев предлагал назвать раздел психологии, объединяющий в себе возрастную психофизиологию и генетическую персонологию онтопсихологией. Предметом онтопсихологии, по его мнению, должны были явиться взаимосвязи между индивидуальным онтогенезом и личностным жизненным путём, взаимосвязи, которые определяют главные закономерности целостного индивидуального развития человека.

³⁷ Ананьев Б.Г. Генетические и структурные взаимосвязи в развитии личности //Хрестоматия по возрастной психологии.— М., 1994.— С. 82—83.

«История личности и субъекта деятельности развёртывается в реальном пространстве и времени онтогенеза и в известной мере им определяется»³⁸. Ананьев в своих исследованиях пытался не только реально увязать личностное и индивидуальное бытие человека, но и, как можно заметить из его высказываний, полагал, что именно индивидуальные биологические факторы детерминируют «историю личности».

Самое большое, что могла себе позволить отечественная психология того периода, это мимолётное упоминание о том, что личностное бытие в какой-то степени зависит и от биологических факторов. «Известна враждебность значительной части советских социологов, психологов и педагогов к признанию фундаментальной роли генотипа в личностной индивидуальности»³⁹, — писал во введении к своей книге «Генетика этики и эстетики» классик отечественной генетики В. П. Эфроимсон. Его работа увидела свет лишь в 1995 году, а в 80-х автору отказали даже в депонировании монографии, сославшись на цитируемые в книге стихи запрещённого в то время Николая Гумилёва.

В. С. Мерлин в тот же период высказывал «смелую» точку зрения, что темперамент скорее всего не поддаётся воспитанию, как это считают многие советские психологи, что в этом есть некий перегиб. Другой авторитет советской психологии А. В. Запорожец лишь позволил себе заметить, что «признание детерминированности психического развития условиями жизни и воспитанием не отрицает особой логики этого развития, наличия в нём определённого самодвижения»⁴⁰.

В этих высказываниях, как можно видеть, биологический фактор полностью не отрицается, однако ясно указывается, что первично, а что вторично. Социальные факторы (условия жизни, воспитание) — детерминаторы, а онтогенезу отводится роль «определённого самодвижения».

Ананьев — одним из первых уделил основное внимание онтогенетической обусловленности личностной динамики.

³⁸ Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. — Л., 1969. — С. 218.

³⁹ Эфроимсон В.П. Генетика этики и эстетики. — СПб., 1995. — С. 153.

⁴⁰ Запорожец А.В. Условия и движущие причины психического развития ребёнка // Хрестоматия по возрастной психологии. — М., 1994. — С. 26.

«Возрастные изменения в динамике жизненного цикла содержат в себе оба параметра времени — длительность бытия и временную последовательность смены фаз. В современной возрастной психологии далеко не всегда учитывается эта взаимосвязь параметров времени. Широко распространённые в ней принципы конструирования возрастных симптомокомплексов, относящихся к отдельному периоду человеческой жизни, представляют собой абстрагирование от целостного хода исторического развития с его «стрелой времени» и своего рода консервацию в статических показателях динамики возрастных преобразований»⁴¹.

Именно поэтому у Ананьева были все основания рассматривать онтопсихологию как новое направление в исследовании человеческой индивидуальности — и его онтопсихологический подход открывал совершенно новые горизонты для психофизиологических, нейрофизиологических, нейропсихологических исследований в нашей стране.

Однако, в то время как работы нашего соотечественника не получили широкого признания, в настоящее время в России имеет значительное распространение онтопсихологическая теория Антонио Менегетти, который использует в своих работах тот же термин, который много ранее предложил Ананьев. При этом Менегетти и его трактовка онтопсихологии не только не имеют ничего общего с теорией Ананьева, но и находятся, можно сказать, по другую сторону баррикад.

Если Ананьев надеялся своим онтопсихологическим подходом сконцентрировать внимание исследователей на индивидуальной онтогенетической обусловленности личностного бытия, то Менегетти провозглашает, что «онтопсихология является актуализацией четвертой силы в психологии, которую предвидел Маслоу»⁴². Ни для кого не секрет, что Маслоу, равно как и Роджерс, является основоположником гуманистической психологии и гуманистического подхода к личности, который не просто не учитывает биологические факторы в личности, но и активно

⁴¹ Ананьев Б.Г. Указ. соч.— С. 219.

⁴¹ Менегетти А. Клиническая онтопсихология.— Пермь, 1995.— С. 20.

⁴² Менегетти А. Указ. соч.— С. 21.

игнорирует их. Именно гуманистическую психологию принято именовать третьей волной в психологии, в связи с чем Менегетти рассматривает свою теорию как четвёртую волну, которая позволит всему человечеству «от собственного духовного мира» перейти «к духовному миру всего сущего, ибо свой духовный мир — это духовный мир Вселенной». Каким образом возможен подобный переход? Очень простым (с точки зрения Менегетти): «с помощью экстрасенсорного восприятия осуществляется подготовка к онтической интуиции».

В связи с невозможностью использовать термин Ананьева «онтопсихология» для обозначения направления в психологии, занимающегося изучением индивидуальной, биологической, онтогенетической обусловленности динамики личностного бытия, в своё время я предложил термин «онтогенетическая персонология»⁴³. Нужно отметить, что онтогенетическая персонология имеет в своей основе онтопсихологию Ананьева в узком понимании этого термина и динамическую психологию — в широком.

Онтогенетическая персонология имеет существенное отличие не только от психологии развития, но и от возрастной психологии уже хотя бы в том, что возрастную психологию преимущественно интересует, что мы имеем, что мы можем и должны ожидать от личности в том или ином возрасте, а онтогенетическую персонологию в первую очередь — почему личность претерпевает различные изменения в процессе жизни и как эти изменения связаны с этапами биологического созревания и инволюции. Если возрастная психология ставит акцент на социальных факторах, считая их движущей силой развития личности, то онтогенетическая персонология ставит акцент на биологических факторах, считая, что именно биологический базис обуславливает динамику личностного бытия, а социальная среда представляет собой лишь ту питательную среду, гумус, в котором и на котором развивается личность.

Основной задачей онтогенетической персонологии, в отличие от дифференциальной психофизиологии, является не столько попытка с помощью современных методов исследования нейрофизиологических и нейрохимических процессов вычлени-

⁴³ Вагин Ю.Р. Креативные и примитивные... — С. 72.

специфические индивидуальные паттерны (структурно-динамические модели) функционирования центральной нервной системы, сколько изучение онтогенетической обусловленности динамики личностного бытия, изменений когнитивных функций, сознания и самосознания в процессе индивидуального созревания и инволюции и, более того, изучение зависимости структуры психических процессов от динамических и энергетических уровней нейрофизиологических процессов.

С моей точки зрения, между динамическими и содержательными аспектами психической деятельности имеется достаточно тесная связь и взаимозависимость: зная динамику и энергетику функционирования мозга, можно в определённой степени судить о содержательной стороне психики и наоборот.

*

Мне думается, что лучше всех составить планкарту человеческой жизни удалось датскому учёному-психологу Эрику Эриксону. В молодости, живя в Вене, Эриксон в неофициальной обстановке познакомился с Фрейдом, прошёл курс психоанализа и затем, переехав с женой в США, стал преподавателем и крупным специалистом в области детского психоанализа. После пятнадцати лет практической и теоретической работы он выдвинул три новых положения, существенно изменившие взгляд на жизненный путь человека.

- Эриксон предположил, что наряду с описанными Фрейдом фазами психосоциального развития (оральной, анальной, фаллической и генитальной) существуют психологические стадии развития собственно «Я»;

- Эриксон обратил внимание исследователей на то, что значительные изменения в личности происходят не только в детском и подростковом возрасте, но и на протяжении всей жизни;

- Эриксон описал параметры динамики каждой стадии жизненного пути в их позитивном и негативном аспектах.

Эпигенез (epigenesis) подразумевает, что личностный рост подчинён определённым законам, общим для всего, что растёт. У каждого типа организма имеется своя программа, в соответствии

с которой для каждой части наступает своё время особой значимости, и так до тех пор, пока из этих частей не образуется функционирующее целое⁴⁴. Биология и психодинамическая психология развития в настоящее время опираются именно на эпигенетическую модель: развитие протекает как необратимый процесс от недифференцированного начала с *максимальным программным потенциалом и минимальным значением программы*, то есть с разделением на циклы или фазы с критическими переходами от одной к другой.

Работы Эриксона, который большую часть своей жизни прожил в США, читают и знают больше, чем любого другого психоаналитика⁴⁵. Однажды, беседуя с приехавшим в Россию на стажировку детским социальным работником из Англии, я был очень удивлён тем, что она прекрасно осведомлена о работах и идеях Эриксона, но практически ничего не знает ни о работах Анны Фрейд, ни о работах Мелани Кляйн, которые жили и проводили исследования возрастного развития непосредственно в Англии.

Эриксон составил уникально полную модель жизненной динамики человека от рождения до смерти, максимально подходящую максимальному количеству людей вне зависимости от их социально-демографических характеристик. Восемь стадий психосоциального развития по Эриксону включают в себя обязательные жизненные кризисы, которые человек может преодолеть с благоприятным или неблагоприятным исходом.

Ранее наиболее удобной и пригодной из всех метрических классификаций считалась классификация, предложенная Бромлей. Человеческую жизнь она рассматривала как совокупность пяти циклов: беременности, детства, юности, взрослости и старения. Каждый из этих циклов состоит из ряда стадий, характеризующихся возрастными датами и общими чертами развития.

1. Утробный

- 1) *зигота (оплодотворенное яйцо);*
- 2) *эмбрион (ранняя стадия биологического развития);*

⁴⁴ Тайсон Р., Тайсон Ф. Психоаналитические теории развития /Пер. с англ.— Екатеринбург, 1998.— С. 471.

⁴⁵ Элкин Д. Эрик Эриксон и восемь стадий человеческой жизни //Э. Г. Эриксон. Детство и общество.— СПб., 1996. — С. 6.

- 3) плод (поздняя стадия биологического развития);
- 4) момент рождения (смена жизни во внутренней среде материнского организма на жизнь во внешней среде).

2. Детство

- 1) младенчество (от рождения до 18 месяцев);
- 2) дошкольное детство (от 18 мес. до 5 лет);
- 3) раннее школьное детство (от 5 лет до 11—13 лет).

3. Юность

- 1) ранняя юность (стадия полового созревания) от 11—13 до 15 лет;
- 2) поздняя юность (15 — 21 год).

4. Взрослость

- 1) ранняя взрослость (21 — 25 лет);
- 2) средняя взрослость (25 — 40 лет);
- 3) поздняя взрослость (40 — 55 лет);
- 4) предпенсионный возраст (55 — 65 лет).

5. Старение

- 1) «удаление от дел», «отставки» (65 — 70 лет);
- 2) старость (70 и более лет);
- 3) дряхлость, болезненная старость и смерть (не позднее 110 лет).

В этой классификации, равно как и во многих отечественных, стадии биологического развития перемежаются со стадиями социального развития, школьное детство — с половым созреванием, а «удаление от дел» — со старостью и смертью.

По большому счёту, чисто биологическая классификация бытия многоклеточного живого существа может включать в себя только пять стадий: зарождение, созревание, зрелость, инволюцию и смерть.

Составить реальную периодизацию динамики личностного бытия очень сложно, поскольку сами социальные системы, в условиях которых протекает жизнь индивида, существенно отличаются. Какое может быть дошкольное и школьное детство или предпенсионный возраст в тех культурах, где сами понятия школы и пенсии отсутствуют?

Эриксон описал восемь стадий развития человека и наибольшее значение уделил начальным этапам развития: детству, отрочеству и юности:

1. Первая стадия: первый год жизни

У ребёнка формируется такая черта личности как доверие.

Психологи называют эту характеристику личности — *базисным доверием*. Родившийся ребёнок должен ощутить и почувствовать, что он желаем, что он принёс в мир радость и ему безусловно рады. Рады просто факту его появления на свет. Это тот краткий период жизни, когда нас любят *ни за что, просто так, за сам факт нашего существования*.

Если обстоятельства в этот период складываются благоприятно, у ребёнка появляется доверие к окружающей среде и своему будущему. Это очень важный период, потому что он обеспечивает или не обеспечивает психологическую поддержку человеку на всём его жизненном пути. Если ребёнок испытал близкое к импринтингу⁴⁶ чувство базисного доверия, какие бы неприятности не поджидали его в жизни, у него всегда будет внутренняя уверенность: «я — хороший человек», «я — достоин любви».

Если обстоятельства неблагоприятны — у ребёнка могут сформироваться страх перед будущим, подозрительность, неуверенность в себе, потребность бесконечно доказывать свою ценность окружающим или ещё худшие тенденции, которые могут иметь непосредственное отношение к авитальной активности. Эриксон приводит высказывание одного старого американского индейца, который порицал белых людей за то, что они позволяют часто плакать маленьким детям и даже считают это в какой-то степени полезным для развития лёгких. Неудивительно, говорил индеец, что белый человек после такого исходного опыта так стремится умереть и попасть в рай⁴⁷.

2. Вторая стадия: второй год жизни

У ребёнка формируется способность к автономии. При сформировавшемся базисном доверии ребёнок начинает всё дальше и дальше удаляться от матери, учиться всё больше и больше времени проводить самостоятельно. Он ведёт себя подобно ребёнку — участнику известного эксперимента,

⁴⁶ У новорожденного утёнка первый движущийся предмет, попавший в поле зрения, воспринимается как «мама» и он начинает повсюду следовать за ним. Импринтинг — одномоментное установление связи между инстинктивной моделью поведения и внешним средовым стимулом. Конрад Лоренц за открытие этого промежуточного между инстинктом и условным рефлексом звена получил Нобелевскую премию по биологии.

⁴⁷ Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис /Пер. с англ.— М., 1996.— С. 108.

который, сидя на цветочной полянке вместе с матерью, убедившись, что она никуда не исчезает, постепенно начинает самостоятельную поисково-разведывательную деятельность, всё дальше и дальше отползая от сидящей матери, периодически проверяя: на месте ли она. Ребёнок имеет потребность в таком поведении и испытывает гордость и радость при его успешном осуществлении. У него формируются чувства самоконтроля и самоуважения. При недостаточном базисном доверии или гиперопеке ребёнок не имеет возможности научиться независимому существованию, он не приобретает навыков самоконтроля, проявляет сомнительность и тревожность.

3. Третья стадия: возраст от трёх до пяти лет

Ребёнок учится проявлять инициативу. Он учится делать что-то *сам* и учится *сам* определять направление своей деятельности, получая удовольствие от её выполнения. Неблагоприятным моментом этого периода является вторичное самоограничение активности, страх наказания и благонаправленность. Ребёнок сам впервые в жизни забивает гвоздь в полированный стол или рисует «потрясающий» узор на обоях. Накажите его за это, но только не вините потом мужа за то, что он не умеет держать молоток в руках или жену за то, что она не проявляет чудеса изобретательности на кухне.

4. Четвёртая стадия: от 6 лет до полового созревания

Формируются такие важные черты, как трудолюбие и прилежание. Расширяются и развиваются способности. Ребёнок входит в мир навыков и умений, упражняется в ловкости и смыслённости. Он учится делать вещи и учится делать их хорошо. Во всех культурах на этой стадии дети проходят систематическое обучение. Фрейд называет эту стадию развития «латентной». Ранние проявления детской сексуальности как бы уходят на второй план. Ребёнок, который до этого остро переживал и различными способами проигрывал в фантазии своё желание стать отцом или матерью, на этой фазе начинает смотреть на мир более реально — он начинает интенсивно овладевать теми трудовыми навыками, которые в жизни, а не в фантазиях помогут ему, спустя короткое время, воплотить свои мечты. Как писал Эриксон: «До того, как ребёнок, в психологическом отношении уже готовый к элементарной роли

родителя, способен стать биологическим родителем, он должен побыть в роли работника и потенциального кормильца»⁴⁸. При неблагоприятном прохождении этого этапа формируется *чувство несоответствия* требованиям окружающей среды и развивается комплекс неполноценности. Опасность этой стадии — остановка развития. В случае каких-либо проблем, возникающих на следующих стадиях эпигенетического развития, подросток, хорошо овладевший трудовыми навыками и умениями, но испытывающий трудности в формировании групповой идентичности, способности брать на себя ответственность и обязательства, может «остановиться» на данной стадии, «ограничив самого себя и сузив свой горизонт до границ поля своего труда». Он может признать работу своей единственной обязанностью и ценностью, а профессию и должность — единственным критерием ценности человека. Именно с этой стадией связано формирование таких распространённых форм аддиктивного поведения, как лэрнинг (патологическая страсть к учёбе) и трудоголизм (патологическая страсть к работе). В современной психологии и психотерапии основное внимание уделяется второй разновидности, хотя уход в учёбу имеет не меньшее распространение среди подростков и представляет не меньшую опасность для душевного здоровья.

5. Пятая стадия: от 14 до 18 лет

Для этого этапа жизненного пути важнейшей задачей является формирование чувства идентичности. Понятия «идентичность», «идентификация» охватывают как бы три пересекающихся плоскости психической реальности:

во-первых, это процесс отождествления себя с другим индивидом или группой, принятия существующих внешних норм, ценностей, стилей поведения как «своих»;

во-вторых, это возможность переноса своих чувств, желаний, фантазий, черт на другого человека — и как бы продолжение себя в другом (например, родители могут ожидать от ребёнка осуществления собственных честолюбивых замыслов, которые не удалось полностью реализовать, — как считал Юнг, ничто в душевном отношении не действует сильнее на детей, чем непрожитая жизнь родителей);

⁴⁸ Эриксон Э. Детство и общество. — СПб., 1996. — С. 362.

в-третьих, под идентификацией понимают процесс постановки субъектом себя на место другого с целью моделирования смыслового поля другого, взаимопонимания и взаимодействия.

Рассматривая идентификацию как главную и постоянную экзистенциальную проблему личности, Эриксон понимал под ней чувство обретения стабильности при адекватном разрешении сложных идентификационных задач (кризисы идентичности), возникающих перед личностью на каждой из восьми стадий существования.

Особое значение все эти процессы имеют в период отрочества и юности, когда относительная стабильность латентного периода сменяется стремительными изменениями пубертата. Интенсивность роста тела и физиологические изменения, происходящие с подростком, сопоставимы с периодом детства — и их справедливо называют «физиологической революцией». В этот период подросток мучительно пытается понять и принять свою особую роль в коллективе сверстников, что часто приводит к *спутанности идентичности*. Попытки со стороны взрослых жёстко навязать подростку какие-либо неприемлемые для него роли приводят к бурному сопротивлению и всплескам агрессивности, которые, будучи смещёнными, легко могут обернуться против самого подростка. Побег из школы, бродяжничество, делинквентное, аддиктивное и суицидальное поведение — частые симптомы неудачной попытки идентификации этого периода.

Эриксон приводит пример патологической идентификации девушки-подростка, мать которой неоднократно заявляла, что ей легче увидеть свою дочь мёртвой, чем проституткой, и в то же время догадывалась о легкомысленном поведении дочери за пределами дома. Когда в итоге девушка попала в исправительное заведение, обвинённая в занятиях проституцией (идентификация с материнским негативным представлением как вариант агрессии против материнского диктата), и имела возможность непосредственно убедиться во всех последствиях той роли, которую она на себя приняла, «стать самоубийцей» стало для неё неизбежным выбором идентичности для того, чтобы «вернуться к матери». Она повесилась, предварительно нарядно одевшись и написав записку, кончавшуюся словами: «Ведь я достигаю чести,

только чтобы отбросить её ...»⁴⁹.

6. *Шестая стадия: ранняя зрелость (18—25 лет)*

В этот период главной задачей, стоящей перед личностью, является раскрытие способности к близости и любви, способности понимать других, способности принимать на себя обязательства по отношению к другим. Однажды Фрейд спросили: «Как должен жить и что должен уметь делать нормальный человек, достигший зрелости?». Фрейд недолго подумал и ответил: «Любить и работать». В этом кратком ответе и в самом деле заключён весь тот широчайший спектр человеческой жизни, который открывается перед нами по достижении зрелости. При неблагоприятном прохождении этого этапа наблюдается дистанцирование от других, избегание обязательств и любви.

7. *Седьмая стадия: средний возраст (25—55 лет)*

Основной чертой этого возрастного периода Эриксон считает генеративность — способность заботиться о том, что было создано тобой ранее (о детях, работе, идеях). При неблагоприятном прохождении этого периода можно наблюдать усиление скуки, потакание своим слабостям, обеднение межличностных контактов.

8. *Восьмая стадия: пожилой возраст (55 и более лет)*

В норме появляется чувство умиротворённости, уменьшение озабоченности своей жизнью, уверенность в смысле жизни и её достоинстве, мудрость, принятие неизбежности смерти. При неблагоприятном исходе — отвращение к жизни и отчаяние при мыслях о смерти.

Таким образом, на первой стадии ребёнок для нормального развития должен испытать доверие к окружающим его людям и среде, на второй стадии он должен овладеть определёнными навыками самоконтроля, перейти на более автономный уровень существования, на третьей стадии — не бояться проявлять инициативу, самостоятельно заниматься деятельностью, на четвёртой — расширить запас своих навыков и умений, приступить к элементам трудовой деятельности, на пятой — расширить спектр ролевого поведения с сохранением собственной индивидуальности, на шестой — овладеть

⁴⁹ Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. — Указ изд. — С. 180.

способностью принимать обязательства, принимать и понимать других, на седьмой — уметь сохранить созданное и проявить заботу, уметь пожертвовать собственными интересами во имя интересов будущих поколений (генеративность), на восьмой стадии человек должен принять неизбежность смерти и смириться с ней.

Если человек благополучно проходит через все восемь жизненных кризисов, идентичность позволяет ему испытывать самоуважение, чувство собственного достоинства, получать удовольствие от соответствия, иметь уверенность в смысле и достоинстве собственной жизни. Если нет — его ждёт постоянный страх перед будущим, перед возможным наказанием, сомнения, подозрительность, стыдливость, чувство несоответствия требованиям и комплекс неполноценности, скука, обеднение межличностных контактов, отвращение к жизни и отчаяние при мыслях о смерти.

Если изменения разрешаются успешно, позитивные личностные черты постепенно и последовательно проявляются, что в свою очередь облегчает переход к следующим изменениям. Неудачные изменения, напротив, порождают тревожность и усиливают проявления авитальной активности.

*

Мы постарались понять, что представляет собой нормальное развитие подростка, и подробно проследить его, потому что мы наблюдаем большое количество подростков, чьё поведение отклоняется от нормального, свойственного большинству подростков нашего общества, и эти отклонения, очевидно, не связаны с какими-либо психическими заболеваниями. Отсюда вопрос: что мы имеем в виду, когда говорим об отклоняющемся поведении подростков?

Феноменологически традиционно выделяют:

- *Аддиктивное поведение;*
- *Суицидальное поведение;*
- *Сексуальные девиации;*
- *Антисоциальное поведение;*
- *Асоциальное поведение.*

Новая международная классификация болезней 10-го

пересмотра, на которую мы недавно перешли, содержит в себе раздел «психических и поведенческих расстройств». Авторы классификации специально обращают наше внимание на то, что они используют именно термин «расстройство», а не «болезнь» или «заболевание». Расстройство — это *клинически определённая группа симптомов или поведенческих признаков, которые в большинстве случаев причиняют страдание и препятствуют личностному функционированию*⁵⁰. Изолированные социальные отклонения или конфликты в группу психических расстройств при этом не включаются. Что имеется в виду в последнем случае — не совсем понятно, но, видимо, это такие изолированные социальные отклонения в поведении, как традиция отрезать у себя фалангу пальца после смерти близкого человека у японских якудза или изолированные конфликты между супругами на кухне.

Два раздела этой классификации «Расстройства психологического развития» и «Поведенческие и эмоциональные расстройства с началом, типичным для детского и подросткового возраста» охватывают расстройства, типичные для детского и подросткового возраста. Среди них отдельно выделяется раздел собственно детских и подростковых расстройств поведения, которые характеризуются *«стойким типом диссоциального, агрессивного или вызывающего поведения»*, которое *«доходит до выраженного нарушения соответствующих возрастных социальных норм и является поэтому более тяжёлым, чем обычный ребяческий злой умысел или подростковое бунтарство»*. То есть в данном случае речь идёт именно о девиантном поведении у подростков. Словосочетание «обычный ребяческий злой умысел», с моей точки зрения, бесподобно и наводит на массу интересных и далеко идущих размышлений.

Примеры поведения, на которых должен основываться диагноз, включают: *чрезмерную драчливость или хулиганство; жестокость к другим людям или животным; тяжёлые разрушения собственности; поджоги, воровство, лживость, прогулы в школе и уходы из дома, необычно частые и тяжёлые вспышки гнева; вызывающее провокационное поведение; постоянное*

⁵⁰ Международная классификация болезней (10-й пересмотр). Классификация психических и поведенческих расстройств /ВОЗ. — СПб., 1994. — С. 261—266.

откровенное непослушание.

Любая из этих категорий *при её выраженности* является достаточной для постановки диагноза. При этом исключаются расстройства поведения, в основе которых лежат серьёзные психические заболевания типа шизофрении или депрессии, изолированные диссоциальные акты, и не рекомендуется ставить этот диагноз, если продолжительность вышеописанного поведения не составляет 6 месяцев и больше.

К расстройствам поведения Международная Классификация Болезни 10-го пересмотра относит:

- **Расстройства поведения, ограничивающиеся условиями семьи** (антисоциальное и агрессивное поведение). Может иметь место воровство из дома, порча игрушек и украшений, обуви, одежды, мебели и другого ценного имущества; проявления жестокости по отношению к членам семьи; намеренный поджог дома. То есть ребёнок или подросток не может сдерживать своей агрессии внутри семьи (в микросоциуме), но способен на это вне её (в макросоциуме).

- **Несоциализированное расстройство поведения** (*упорное* диссоциальное или агрессивное поведение со значительным общим нарушением взаимоотношений со сверстниками). Характерно (но не обязательно), что нарушитель одинок. Типичное поведение включает в себя хулиганство, *чрезмерную* драчливость, вымогательство или нападения с насилием; *чрезмерное* непослушание, грубость; *тяжёлые* вспышки гнева и неконтролируемой ярости, порчу имущества, поджоги и жестокость по отношению к другим детям и животным. Агрессия одинокого ребёнка или подростка выходит за рамки семьи и направлена против его непосредственного микросоциального окружения.

- **Социализированное расстройство поведения** (*стойкое* диссоциальное или агрессивное поведение у детей и подростков, хорошо интегрированных в группе сверстников). Имеется в виду групповая делинквентность, правонарушения в условиях членства в банде, воровство в компании, совместные прогулы уроков и уходы из дома. В этом случае агрессия детей или подростков объединяется и направлена не столько против

домашних или друг друга, сколько против других групп детей, подростков, взрослых, социальных институтов или органов правопорядка.

• **Оппозиционно-вызывающее расстройство** (характерно для детей младше 9—10 лет и проявляется *заметно* вызывающим, провокационным поведением, непослушанием при отсутствии более тяжёлых диссоциальных или агрессивных действий, нарушающих закон и права других). Дети, страдающие таким расстройством, имеют тенденцию часто и активно игнорировать просьбы взрослых, правила общественного порядка и намеренно досаждают другим людям. Обычно они сердиты, обидчивы, им легко досаждают другие люди, которых они обвиняют в собственных ошибках и трудностях, их легко вывести из себя. В типичных ситуациях их вызывающее поведение имеет характер провокации, они часто становятся зачинщиками ссор и обычно проявляют *чрезмерную* грубость, нежелание взаимодействия и сопротивление властям. В отличие от других видов девиаций данному расстройству не свойственно поведение, нарушающее законы и основные права других, например воровство, драки.

Многие исследователи считают, что оппозиционно-вызывающее поведение представляет собой менее тяжёлый тип расстройства поведения, а не качественно отличающийся тип. Оппозиционно-вызывающее поведение часто отмечается и при других типах нарушения поведения, поэтому имеющиеся данные дают основание считать, что самостоятельность этого расстройства может быть принята в основном только у маленьких детей. Для определения типа расстройства поведения у старших детей и подростков данная категория используется с осторожностью.

*

Разумеется, можно сколько угодно критиковать оценочные категории, используемые в классификации, такие как «чрезмерная», «достаточная», «частые», «тяжёлые», «заметные», но делать это нужно очень осторожно.

Для нас в данном случае важно другое. Достаточно поверхностного взгляда, чтобы заметить, что в основе

подавляющего большинства расстройств поведения, свойственных детскому и подростковому возрасту, лежит неспособность или трудность подавления собственной агрессивности, направленной вовне. Не сам факт (!) наличия этой агрессивности (поскольку «не *чрезмерная*» драчливость, хулиганство, жестокость к людям и животным, порча собственности, поджоги, воровство, лживость, прогулы уроков, уходы из дома, вспышки гнева и непослушание рассматриваются авторами как норма⁵¹), а только её *чрезмерность* оправдывает постановку диагноза «расстройство поведения».

Все вышеперечисленные типы расстройств поведения фактически укладываются в рамки феноменологически выделяемых двух типов девиантного поведения подростков: антисоциального (с активной антиобщественной направленностью) и асоциального (с пассивной антиобщественной направленностью)⁵². Основное внимание именно этим двум формам девиантного поведения уделяется потому, что они несут непосредственную опасность не только самому подростку, но и окружающим его лицам. От них общество имеет явный и весомый ущерб, именно поэтому оно в первую очередь заинтересовано в их раннем выявлении, диагностике, профилактике, коррекции и лечении.

На суицидальное поведение и факты злоупотребления

⁵¹ Я целиком и полностью с этим согласен, так как абсолютно все из вышеперечисленных видов агрессивности были свойственны ему *не чрезмерно* (!) в детском и подростковом возрасте (крал, врал, поджигал и прогуливал), а также выявлялись им у всех тех людей, с которыми обстоятельства позволяли ему общаться достаточно долго. И, напротив, *чрезмерное* (!) отсутствие каких-то видов этой агрессивности в детском или подростковом возрасте часто наблюдалось у пациентов, страдающих различными другими тяжёлыми психическими и поведенческими отклонениями. Здесь же можно вспомнить часто встречающееся у практикующих психиатров общее мнение, что, с одной стороны, больные шизофренией, маниакально-депрессивным синдромом в детстве были «слишком правильными», и, с другой стороны, обсессивно-фобический невроз делает пациента «слишком правильным» вторично. В первом случае избыток «правильности» приводит к заболеванию, а во втором — заболевание приводит к избытку «правильности». Остаётся только вспомнить известную английскую пословицу: немножко грязи ребёнку не повредит.

⁵² В своих классификациях А. Г. Амбрумова и Л. Я. Жезлова (1973) выделяют антидисциплинарный, антисоциальный (антиобщественный) и делинквентный (противоправный) тип; В. Н. Кудрявцев и соавт. (1984) выделяют отклонения агрессивной ориентации и отклонения социально-пассивного типа, связанные с психологией отчуждения от интересов общества и коллектива.

различными психоактивными веществами реально обращается меньше внимания, так как, на первый взгляд, они менее опасны для окружающих, чем вышеперечисленные формы девиаций. Кроме того, данные формы поведения значительно сложнее контролировать из-за невозможности «силового решения вопроса». Злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте в большинстве случаев не доходит ещё до той границы, когда врач в праве диагностировать заболевание и оказывать медицинскую помощь, а за факт совершения суицидальной попытки уже не направляют на обязательное обследование и лечение в закрытый психиатрический стационар. Изучение взаимоотношений нормы и патологии при суицидальном поведении выявило, что на долю психически больных людей (в том числе и подростков) приходится не более трети суицидов, остальные же совершаются людьми практически здоровыми или с пограничными нервно-психическими расстройствами, то есть людьми, не нуждающимися в обязательном лечении у психиатра, и последний даже не имеет права без согласия суицидента обсудить с ним его проблемы.

Агрессия против общества (юношеская преступность) и в настоящее время считается основной проблемой и ставится на первое место среди всех специфических проблем подростковой стадии развития, но нужно отметить, что в современных руководствах по психиатрии уже сразу же вслед за ней ставятся такие проблемы, как злоупотребление наркотиками, уход в молодёжные секты и резко возросшее число завершённых суицидов в подростковом возрасте и особенно среди детей, не достигших 12 лет⁵³. Авторы честно признаются, что многочисленные социокультурные условия, приводящие к росту злоупотребления психоактивными веществами и суицидальной активности подростков, в деталях не выяснены. Высказывается предположение, что в последние десятилетия становится всё более очевидным влияние таких факторов, как безработица среди молодёжи, возрастающие требования к работоспособности и давление отбора в школе и вузе при одновременном снижении шансов на достойное будущее. Эти факторы признаются важными как для роста подростковых и детских суицидов, так и

⁵³ Психиатрия, психосоматика, психотерапия /К.П. Кискер и др.— М., 1999.— С. 58.

для роста числа эксцессов насилия в молодёжных движениях и объединениях молодёжных фанатов.

Именно поэтому особая роль в профилактике суицидального и аддиктивного поведения должна быть отведена изучению и пониманию индивидуальных психологических механизмов поведения подростка. Только в том случае, если мы сможем понять скрытые эмоциональные и мыслительные процессы, лежащие за внешними поведенческими актами, мы сможем реально повлиять на отклоняющееся поведение подростка. Борьба с неправильным поведением репрессивными методами подобна стрижке сорняков садовыми ножницами. Ни корни, ни семена при этом никоим образом не затрагиваются.

И ещё раз нужно подчеркнуть: именно в связи с непатологичностью подавляющего числа случаев суицидального и аддиктивного поведения особое значение следует уделять профилактике, помня о том, что в случае их возникновения проблему придётся решать в первую очередь педагогам и психологам, а не правоохранительным органам и врачам.

Глава 3

Кризис аутентичности

*

Меня всегда интересовал подростковый и юношеский период развития личности. Это тот период, когда

заканчивается созревание индивида и наступает зрелость — вершина человеческой жизни. Как на колесе обозрения: сначала ты медленно-медленно поднимаешься вверх, затем — мгновение, и ты уже едешь вниз...

Мы уже знаем, что жизнь любого многоклеточного существа (в том числе и человека) включает в себя пять стадий: зарождение, созревание, зрелость, старение и смерть. Как нам правильно назвать, чтобы не быть неверно истолкованными, весь цикл человеческого бытия?

Самое подходящее и точное, но в то же время и самое обманчивое, коварное, вводящее в заблуждение, извращённое «до наоборот», а потому и самое страшное для нас слово — «развитие». «Развитие» — это великолепный термин, если иметь в виду его второе значение: «развитие» в том смысле, что нечто изначально *свитое* начинает *развиваться*, подобно пружине в механических часах. Такой процесс развития — это переход от большей энергии к меньшей, процесс не прогрессивный, а регрессивный, не эволюционный, а инволюционный и т.д. Конечно, в ходе так понимаемого развития какие-то подпроцессы могут претерпевать восходяще-нисходящие тенденции, то есть сначала нарастать, а затем спадать, но в основе всегда лежит *развитие*. Если мы заведём любую детскую машинку и поставим её на пол, скорость её сначала начнёт резко увеличиваться за счёт *развивающейся* пружины, а затем постепенно уменьшится, пока не снизится до нуля. Похожие *развивающиеся* процессы мы можем наблюдать на разных уровнях человеческого индивидуального и личностного бытия.

К сожалению, когда говорится о развитии, чаще используется первое значение этого слова — движение вперёд, движение снизу-вверх, улучшение, усложнение и переход от простого к сложному. Точно также понимаются и все производные от «развития» термины: «развивающее обучение», «развивающаяся личность». Но если попытаться вложить в «развивающее обучение» его буквальный смысл, то получится, что педагоги, развивающие ребёнка, похожи на человека, который пытается повиснуть вместо гири на цепочке часовыходиков, чтобы заставить их идти как можно быстрее. Никто из нормальных людей, разумеется, не позволит никому чинить

такое насилие над своими часами, поэтому меня всегда крайне удивляет, почему подобное насилие над детьми не только позволено, но и всеми силами поощряется.

Такое впечатление, что основная цель жизни человека — получение максимального количества информации, развитие какого-то своего таланта и в конце концов достижение всемирного уровня «полной гениальности». Бертран Рассел писал, что если бы в XVII веке сто выдающихся личностей погибли в детстве, то современный мир не стал бы таким, каков он есть. «Если творческая потенция всего лишь ста человек имеет такое значение для мировой истории, то можно представить себе,— продолжает его мысль Вайнцвайг,— какое прекрасное будущее ждало бы нас, если бы целый миллиард личностей стал обладателем полноценного образования и свободы, чтобы получить возможность самовыражения и развития своих природных способностей»⁵⁴. Подход, по-моему, из области детских фантазий: как хорошо было бы съесть целую тонну мороженого и сто килограмм конфет. Миллиард выдающихся личностей! Человечество не смогло бы пристроить и миллион подобных экземпляров. Густав Лебон писал, что он с трудом представляет, что было бы, если собрать всех выдающихся людей вместе на одном острове. Психологи-гуманисты мечтают о том, чтобы таким островом стала вся Земля. Глупо.

В англоязычной литературе, когда говорят о развитии, пользуются термином «development». Смысл этого понятия соответствует термину «развитие» в общепринятом употреблении и означает: улучшение, усовершенствование, рост, эволюцию и т.д. Так же трактуется этот термин и в психологии развития «developmental psychology» — ветви психологии, концентрирующей своё внимание на изменениях в когнитивном, мотивационном, психофизиологическом и социальном функционировании, происходящих в процессе жизнедеятельности.

Однако если говорить обо всём периоде жизни человека, то многие психологи хорошо понимают, насколько опасно и неверно использовать для описания динамических процессов, происходящих при этом, термин «development» — «развитие».

⁵⁴ Вайнцвайг П. Десять заповедей творческой личности. — М., 1990. — С. 19.

Те, кто понимают эту опасность и хотят подчеркнуть неадекватность термина «развитие», используют термины «life-span» и «life-span psychology».

«Life-span» буквально переводится как жизнь «от начала до конца». «Span» — старогерманское и саксонское понятие, происходящее от слова «spanna» (ладонь), обозначает расстояние между кончиками большого пальца и мизинца, когда они разведены в разные стороны на максимальное расстояние; также расстояние между двумя концами арки; также промежуток времени от начала до конца. При этом вовсе не имеется в виду, что нечто постоянно прогрессирует или улучшается, а предполагается, что нечто начавшееся по прошествии некоторого времени завершится.

Из понятий английского языка «life-span» — для нас исключительно удобный, лишённый малейшей двусмысленности, ёмкий и точный термин. Но в русском языке аналог, к сожалению, отсутствует. Если просто пользоваться словом «жизнь», то производный от него термин «жизненная психология» приобретает значение каких-то обыденных человеческих знаний в области поведения, взаимоотношений людей.

Какое ещё понятие может более или менее точно отразить всю динамику человеческого бытия от рождения до смерти?

В восточной культуре, достигшей своего расцвета в те времена, когда многие народы ещё жили в лесах, существует понятие «дао» — обычно непере译имое, но несущее в своём содержании именно динамическую, какую-то вне личности лежащую силу, определяющую судьбу человека. Однако этот термин чрезмерно глубок, чтобы называть «дао-психологией» тот раздел психологии, который всего лишь концентрирует своё внимание на биологической, онтогенетической обусловленности динамики личностного бытия.

Учитывая вышесказанное, я стал использовать термин «онтогенез» за неимением лучшего, а не потому, что этот термин — лучший. Достаточно сказать, что в настоящее время в научной литературе отсутствует чёткая трактовка термина «онтогенез», чтобы понять, насколько трудно работать с термином, в который одни учёные вкладывают только первую половину жизни человека, другие — всю жизнь, а третьи — периодически меняют

свою точку зрения.

Термин «онтогенез» ввёл в биологию Геккель в конце XIX века, обозначив им развитие особи (ontos — существо, особь; generis — развитие, возникновение) от стадии оплодотворённого яйца до завершения процессов рекапитуляции, или повторения предшествующего филогенетического развития. Биогенетический закон Геккеля гласит: «Развитие зародыша (онтогенез) есть сжатое и сокращённое повторение развития рода (филогенез)...». Аналогичный закон в отношении психической деятельности в последующем сформулировал Фрейд, который утверждал, что и психическое развитие отдельного человека повторяет весь ход развития человечества.

*

Человеческий организм созревает к 20—25 годам. К этому времени заканчивается формирование всех генетически детерминированных морфофункциональных систем, в том числе и центральной нервной системы. Развитие организма закончено. Генетическая программа выполнена. Многие сохранившиеся древнеримские надгробия свидетельствуют о том, что средняя продолжительность жизни человека составляла именно 20—35 лет. И в средние века, и в период Ренессанса продолжительность жизни в европейских странах немногим отличалась от продолжительности жизни в период Римской империи.

Жизнь людей в настоящий момент в развитых странах после достижения зрелости продолжается по инерции ещё 3—5 десятилетий в зависимости от социальных условий: уровня жизни, медицинского обслуживания, питания и т.д. Средняя продолжительность жизни в разных регионах колеблется от 40 до 80 лет. До 500 лет, кроме Адама и его ветхозаветных потомков, не дожил никто. Данные о 150-летних долгожителях вызывают большие сомнения. 120—130 лет человеческий организм, скорее всего, может прожить, но из них 100—110 лет придётся на старость.

Личность не обязательно должна функционировать в системе социальных отношений, чтобы быть личностью. Она может быть, как Робинзон Крузо, выброшена из социума, но обязательно должна усвоить эту сложную систему на ранних этапах

онтогенеза, иначе в дальнейшем в связи со снижением энергетического потенциала и гибкости функционирования ЦНС процесс социализации будет чрезвычайно затруднён. Детишки, описываемые в рамках феномена «Маугли», в детстве находившиеся вне человеческого общения, попадая к людям, уже никогда не могут адаптироваться к тем социальным условиям, в которые они попали.

Кроме человеческой социальной среды для формирования личности по понятным причинам необходимо наличие достаточно сохранной ЦНС и периферических анализаторов. Выраженные дефекты головного мозга приводят к неспособности ребёнка усваивать сложную систему социальных связей из-за нарушения сенсорных, мнестических, когнитивных процессов (малоумие). Нарушение или выпадение функций одного или нескольких анализаторов достаточно легко поддаётся коррекции, однако опять же важно, чтобы эта коррекция была проведена на ранних этапах онтогенеза. При создании специальных условий возможно формирование полноценной личности даже у слепоглухонемых детей.

Следует также подчеркнуть, что формирование личности возможно только на основе человеческого индивида. Ни один представитель земной фауны не обладает достаточно развитой центральной нервной системой, чтобы ассимилировать человеческую систему социальных отношений, хотя отдельные её элементы усваивают практически все домашние и даже дикие животные, если с рождения воспитываются рядом с людьми. Но даже приматы не способны продвинуться в своём «человеческом» социальном развитии дальше 3-летнего ребёнка. Известны опыты, когда детёнышей приматов (горилл, шимпанзе) исследователи-этологи пытались выращивать и воспитывать вместе со своими новорожденными детьми, создавая для тех и других абсолютно одинаковые условия. Их одинаково кормили, пеленали, ласкали, баюкали и обучали. Эти эксперименты убедительно доказали, что после короткого периода относительно равномерного развития детёныши приматов начинают стремительно отставать в скорости и объёме установления новых и сложных связей. Никакие усилия и воспитательные изыски не могут сформировать на базе

нечеловеческого индивида человеческую личность.

Современный человек — это высокоразвитый, питекоидный, узконосый, двуногий примат, обладающий высоким энергетическим потенциалом и функциональными способностями ЦНС, достаточными для осуществления уникальных по своему объёму и дискретности сенсорных, мнестических, когнитивных процессов, вплоть до осуществления когнитивных процессов максимальной степени свободы, называемых в психологии творчеством, и контрольных функций процессов жизнедеятельности, называемых в психологии сознанием.

Все эти функции появились в результате эволюции нервной системы, увеличения объёма головного мозга, увеличения количества и сложности связей между нейронами, усиления энергетического потенциала и, как следствие, функциональной гибкости ЦНС. Можно предположить, что в настоящее время эволюционный процесс движется в направлении увеличения продолжительности функциональной пластичности центральной нервной системы. Об этом косвенно свидетельствует существенно удлинившийся за последние несколько столетий период «ученичества» у человеческих детёнышей. Однако эти эволюционные процессы ни в коей мере не должны приводить к иллюзии бесконечных, каких-то особенных, избраннических функциональных способностей центральной нервной системы человека. Да, эти способности велики, но им есть предел, и предел этот биологически детерминирован. Детерминирован так же, как в сознании древнего грека была предопределена вся жизнь человека. Ананке вращает на своих коленях ось мирового веретена. Дочери Ананке — три сестры мойры — определяют человеческую судьбу: Лахесис назначает человеческий жребий, Клото прядёт нить человеческой жизни, Атропос обрезает её в назначенный час.

На сегодняшний день *созревание центральной нервной системы, а значит, и достижение максимального уровня функциональных возможностей нервно-психической деятельности происходит к 20—25 годам.* В «период от рождения до окончания психического созревания, который у мужчин нашей расы и в нашем климате продолжается в

нормальном случае до двадцатипятилетнего возраста, а у женщин же завершается раньше, в девятнадцать или в двадцать лет... происходит наиболее значительное и обширное развитие сознания», — писал Юнг⁵⁵. После этого возраста трудно ожидать каких-либо существенных изменений в индивидуальном и личностном функционировании человека.

После 20—25 лет происходит постепенное снижение психической активности со всеми вытекающими отсюда последствиями. Если мы и наблюдаем незначительное количество индивидов, не подчиняющихся этому общему биологическому закону, то это ещё не значит, что последние представляют собой некий человеческий абсолют или идеал, к которому необходимо стремиться. И уж ни в коем случае нельзя рассматривать индивидов с продлённым периодом функциональной активности центральной нервной системы как нормальное явление. Это не есть норма, исходя из определения, поскольку такая (креативная) личность представляет собой редкое, краевое явление, которое, возможно, и имеет биологическую и социальную ценность, а возможно, и нет.

*

К сожалению, печальную картину можно наблюдать в настоящее время в отечественной психологии — и мне хотелось бы остановиться на этом подробнее. В то время как душа (psyche) — первоначальный предмет психологии, казалось бы, благодаря трудам стольких исследователей была более или менее водворена в материальный субстрат головного мозга (не всеми и не сразу), личность (personality) и сознание (conscience) — то с чем непосредственно приходится работать психиатрам и психотерапевтам, — настойчиво продолжают изгоняться за пределы анатомо-физиологических границ головного мозга. Личность и сознание провозглашаются независимыми от анатомического субстрата и физиологии головного мозга. Экстракраниальность сознания вообще уже утверждается как тривиальность. И уж тем более не признаётся подчинённость личностной динамики, личностных трансформаций,

⁵⁵ Юнг К.Г. Конфликты детской души: Собр.соч. /Пер. с нем.— М., 1994.— С. 55.

трансформаций сознания индивидуальным, то есть организменным, онтогенетическим процессам.

Все теории, постулирующие неограниченные возможности личностного развития, непрерывный личностный рост на протяжении всего онтогенеза, а иногда и после его окончания, я бы назвал *теориями «дурного бесконечного» развития личности*.

Для формирования теорий «дурного бесконечного» развития личности немало сделали, как это ни странно, и многие весьма уважаемые физиологи. Не только Павлов, но и современные физиологи склонны рассматривать центральную нервную систему как одну из самых долгоживущих функциональных систем. Нагорный смело утверждает, что из всех систем целостного животного организма (при отсутствии конечно, патологических явлений) наиболее устойчивой, наиболее интенсивно функционирующей и наиболее долго живущей является система полушарий головного мозга. Он указывает на то, что в литературе имеется достаточно примеров расцвета духовной деятельности во вторую половину жизни человека, и связывает это с тем, что полушария головного мозга и особенно кора — филогенетически весьма недавнее приобретение животного мира, качественно отличное от всех остальных частей центральной нервной системы. Кора является носителем совершенно особых функций. Деятельность мозговой коры — это постоянная перестройка, переделка самой себя. Кора — наиболее устойчивая часть из всех систем организма? Это кора, которая погибает через 5 минут после прекращения поступления кислорода, кора, клеточные элементы которой практически не подлежат регенерации?!

Или вот сентенция из руководства по физиологии «Биологии старения»: «цель и биологический смысл индивидуального развития у животных заключается в достижении половозрелого периода и в осуществлении им видовой миссии, т.е. детородной функции. Эта цель, естественно, сохранилась и у человека. Однако наряду с ней у человека возникла ещё и другая, биологосоциальная, но специфическая для него видовая миссия — творческая трудовая деятельность. Она продолжается и после завершения детородного периода. Указываемая творческая трудовая деятельность и явилась тем дополнительным

негэнтропийным фактором, который в системе класса млекопитающих именно у человека обусловил наиболее высокую продолжительность жизни»⁵⁶.

Не отстают от отечественных учёных и зарубежные: «Правильное понимание истоков человеческой «природы» и разнообразия людей зиждется, таким образом, на понимании двух фундаментальных черт организма: во-первых, каждый организм является субъектом постоянного развития на протяжении всей его жизни; во-вторых, развивающийся организм в каждый момент времени находится под совместным влиянием взаимодействующих генов и среды»⁵⁷.

О гуманистической психологии речь особая. Вся её суть сводится к тотальному отрицанию биологических факторов, детерминирующих личностный онтогенез. Одной из наиболее типичных теорий «дурного бесконечного» развития личности является теория личности Олпорта. Отрицая биологическую обусловленность онтогенетического развития личности и выводя феномен развития личности и её функционирования за рамки основных законов, которым подчиняются все живые системы, он неоднократно подчёркивал во всех своих работах, что основной характеристикой и естественным способом существования личности является непрерывное становление, беспредельные возможности развития и активное отношение к миру.

Олпорт допускает типичную ошибку. При построении своей теории он использует метод изучения и обобщения личностных качеств выдающихся творческих, прогрессивных представителей человечества — «людей в своём непрерывном развитии вырывающихся за пределы своего общества, времени, эпохи»⁵⁸. Описывая их свойства: сопротивление равновесию, поддержание напряжения⁵⁹, он приводит различные примеры, в том числе Рауля Амундсена с его непрерывным преодолением огромных трудностей, навстречу которым стремился полярный

⁵⁶ Биология старения: Руководство по физиологии. — Л., 1982. — С. 146.

⁵⁷ Левонтин Р. Человеческая индивидуальность: наследственность и среда /Пер. с англ. — М., 1993. — С. 54.

⁵⁸ Анцыферова Л.И. Психология личности как «открытой системы» (О концепции Гордона В. Олпорта) //Вопр. психологии. — 1970. — № 5. — С. 168—177.

⁵⁹ Allport G.W. Becoming. Basic consideration for a psychology of personality. — New Haven, 1955. — P. 49.

исследователь, и делает на основании этого совершенно безосновательный вывод, что непрерывное становление — основная форма существования личности — и личность — это скорее процесс, чем законченный продукт.

Чтобы существовать как личность, подчёркивает Олпорт, человек должен творчески относиться к миру и «развивать» свой собственный взгляд на него, ставить перед собой новые задачи и решать их новыми способами. Рассматривая личность как открытую, постоянно развивающуюся систему, Олпорт стремится исследовать истоки, основные условия и главные линии развития личности в онтогенезе. Решая проблему развития мотивов, он выдвинул концепцию «функциональной автономии мотивов»⁶⁰. Мотивы взрослого человека следует рассматривать «как бесконечно разнообразные и самоподдерживающиеся современные системы, вырастающие из предшествующих систем, но функционально независимые от них»⁶¹.

Такой довольно незамысловатый ход нужен Олпорту, чтобы оторвать мотивационные силы Эго от либидозной энергии Ид и обеспечить Эго собственной энергией. Таким образом достигается отрыв личности от её биологических, организменных корней и утверждается качественная несводимость личностного и индивидуального онтогенеза. Прозрачно, как слеза. История дуализма насчитывает тысячелетия. И вечный стон о возможности каких-либо «особых», не подчиняющихся биологическим законам путях развития личности всегда раздаётся там, где личность, в который раз подчиняясь этим законам, начинает инволюционировать.

Однако, как это часто бывает в науке, Олпорт в своих исследованиях, исходя из неверных теоретических посылок, довольно точно описал реально существующий феномен разделения людей на две группы, которые он обозначил как «активные» и «реактивные», а я называю их «креативные» и «примитивные».

Активные люди, как замечает Олпорт, стойко переносят неудачи, крушение планов, осознают свои недостатки, слабости,

⁶⁰ Allport G.W. The functional autonomy of motives.— American journal of psychology.— 1937.— Vol. 50.— P. 141.

⁶¹ Allport G.W. The nature of personality: selected papers.— Cambridge, Massachussets, 1950. — P. 78.

стараятся их преодолеть, а реактивные — действуют под влиянием внешних обстоятельств, склонны к постоянным жалобам, придирчивы, ревнивы. Он считает, что именно для реактивных личностей характерны выявленные Фрейдом разнообразные механизмы защиты «Я». Игнорирование онтогенетических механизмов личностного бытия выразилось в данном случае в том, что он считал важнейшей психологической проблемой превращение всех реактивных личностей в активных, что, во-первых, невозможно, а во-вторых — не нужно. Он не обратил внимания, что активность и реактивность — это две тенденции одной и той же личности на разных этапах онтогенеза. При этом реактивность — это нормальная характеристика зрелой личности, а активность — нормальная характеристика ребёнка, подростка и креативной личности. Мечтать о трансформации всех личностей в креативные — не более чем утопия.

Идея развития личности, как бред, навязчиво преследует практически всех представителей гуманистической психологии. «Развитие личности достигается только упорным кропотливым трудом, сосредоточенностью, умением взять себя в руки, сконцентрировать своё внимание,— пишет Фромм.— У человека всегда есть две реальные возможности: либо остановиться в своём развитии и превратиться в порочное существо, либо полностью развернуть свои способности и превратиться в творца»⁶².

Научная психология в последние десятилетия сильно пострадала от прямой агрессии религиозного мировоззрения под маской гуманистической психологии. Эта «пятая колонна» третьей волной в последнее время наступает с такой скоростью, что скоро труды Дарвина, Сеченова, Павлова будут сжигать на площадях. В своё время Главный комитет по делам печати в России уже предписывал «арестовать и подвергнуть судебному преследованию» книгу И. М. Сеченова «Рефлексы головного мозга» как «ведущую к развращению нравов».

Я могу привести конкретные примеры, как «развращение нравов» происходит буквально на наших глазах. Существует программа «Обновление гуманитарного образования в России»,

⁶² Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности /Пер. с англ.— М., 1994.— С. 250.

осуществляемая Государственным комитетом Российской Федерации по высшему образованию и Международным фондом «Культурная инициатива». Спонсором программы является Джордж Сорос. В каком же направлении идёт это обновление «гуманитарного образования» и, в частности, «обновление» российской психологии? В направлении неприкрытой, откровенной, агрессивной религиозной экспансии, причём преподносится всё это как великое достижение отечественной психологии.

Откройте учебник 1994 года для студентов старших курсов, аспирантов и преподавателей философских и психологических факультетов университетов: «Человек развивающийся. Очерки российской психологии» двух авторов: В. П. Зинченко и Е. Б. Моргунова.⁶³

В каком направлении авторам мыслится обновление российской психологии? Предметом «серьёзных научных размышлений и исследований» становятся в первом ряду «Духосфера, Духовная вертикаль, Духопроводность, Духовная субстанция, Духовное материнство, Духовное лоно, Духовная близость, Духовные потенции, Духовный организм, Духовная конституция, Духовный генофонд, Духовная установка, Духовный фон, Духовное начало, Духовное производство, Духовная опора, Духовные устои, Духовная ситуация, Духовное зеркало, Духовный облик, Духовное здоровье, Духовное равновесие, Духовное единство, Духовное измерение, Духовная красота, Духовный взор, глаз Духовный, Духовный нерв, Духовный свет, Духовное обоняние, Духовная жажда, Духовный поиск, Духовное руководство, Духовные способности, Деятельность Духа, Духовное оборудование, Духовная мастерская, Духовный уклад, Духовные упражнения, Сила Духа, Духовное развитие, Духовный рост, Духовное общение, Духовный подвиг, Духовный расцвет, Духовное наследие, Памятник Духа, Духовное царствие, память Духа, Печать Духа, Духовная щедрость, Духовная родина, Духовное самоопределение, Духовное самоотречение, Духовная аскеза,

⁶³ Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся: Очерки российской психологии. — М., 1994. — С. 274.

Духовное величие, Духовное бытие, Духовная жизнь...». И второй ряд: «духовная слабость, духовная смерть...» и так далее.

Всё это «серьёзное научное» безобразие пишет ученый, который ещё вчера грозил большой социальной ответственностью (что это такое — в то время хорошо знали) психологам за «циркуляцию в общественном сознании идей, искажённо отражающих природу человека и ведущих к отрицательным социально-политическим последствиям»⁶⁴.

К сожалению, не лучше обстоит дело и в российской философии. Издание трудов русских религиозных философов настолько поразило отечественную «интеллигенцию» глубиной своего содержания, фундаментальностью, эпичностью, даже космологичностью мышления, что она, как малый ребёнок, пошла за большим дядей, напрочь забросив все свои материалистические погремушки.

Из современных философов в большом фаворе Мамардашвили, который в результате своих исследований пришёл к выводу, что сознание локализуется не в голове, а между головами.

Дуализм, дихотомия души и тела, противопоставление физического и психического, богословские споры о Душе и Плоти — всё это также интересно, как и старо. Я сам очень люблю русских религиозных философов за их восторженность, детскую непосредственность, какую-то исключительно милую наивность. Я очень люблю Соловьёва и Бердяева, Франка и Булгакова, Ильина и Шпета, я обожаю Лосева в его академической шапочке, с партитурой в руках размышляющего о Вагнере, и я нисколько не против Веры, но до тех пор, пока эта Вера не начинает заявлять свои права на меня и на то дело, которым я занимаюсь.

Давайте поставим все точки над «і». Там где есть Вера — нет Науки. Учёный имеет право доверять, но верить — это, пожалуйста, в храм Божий. Как это понимать, когда психолог пишет: оптимистическая традиция Маслоу, Мэя, Роджерса, Фромма *«основана на вере в конструктивное, активное,*

⁶⁴ Зинченко В.П., Смирнов С.Д. Методологические вопросы психологии. М., 1983.— С. 30.

созидающее и творческое начало человеческой природы, на его изначальной моральности и доброте, его альтруистической и коллективистической направленности»⁶⁵. Какая такая вера, позвольте спросить? Какое такое «идеальное пространство личностного развития, личностного роста»⁶⁶?

Если многие после 30 лет, смутно чувствуя свою ненужность и истощенность, постепенно впадают в тоску и единственным их утешением является мысль, что, может быть, если они не нужны больше природе, они нужны Богу? «Как могу я заслужить его любовь? Может быть, я должен отказаться ради него не только от знаний, но и от природы?» — спрашивает себя такая инволюционирующая личность. Именно поэтому в любой религии последних тысячелетий так много ненависти к природной сущности человека. В какой-то степени всё это связано именно с увеличением продолжительности жизни человека. Когда продолжительность жизни составляла 25—30 лет, человек умирал в расцвете, он любил жизнь, и религии его были земными. Самым дорогим для человека была жизнь — и её, как самое ценное, он приносил в жертву своим богам. В религиях последних тысячелетий самое дорогое для человека — смерть. Какая религия может быть более показательной в этом отношении, нежели христианство. В христианстве ненавидится всё, что связано с полом, с размножением, с продолжением жизни. Не случайно монахиням совершают постриг. Ведь волосы — это символ жизни, то, что растёт быстрее всего. Все эти «покаянные хоры девственников», святые мощи... В конце концов, какое удовольствие носить на шее две тысячи лет тому назад умершего мужчину?

Я очень люблю Лосева, но как нужно относиться к жене, чтобы писать, что «совокупление есть вульгаризация брака». Бедная Тахо-Годи. Жалкая монашка, которой так восхищается Лосев, ему дороже: «милое, родное, вечное в этом исхудалом и тонком теле, в этих сухих и несмелых косточках..., близкое, светлое, чистое, родное-родное, простое, глубокое, ясное,

⁶⁵ Ковалёв Г.А. Три стратегии психологического воздействия //Вопр. психологии.— 1987.— № 3.— С. 41—49.

⁶⁶ Елисеев О.П. Конструктивная типология и психодиагностика личности.— Псков, 1994.— С. 28.

вселенское, умное, подвижническое, благоуханное, наивное, материнское — в этой впалой груди, в усталых глазах, в слабом и хрупком теле, в чёрном и длинном одеянии, которое уже одно, само по себе, вливает в оглушённую и оцепеневшую душу умиление и утешение...»⁶⁷. Материнское — во впалой груди и исхудалом теле? Какой ужас. Прости меня, конечно, Господи, если я что-то не понимаю...

Вера разрушает Знания, а Знания разрушают Веру. Более того, там где есть Вера, нет места Знаниям, а там, где есть Знания, нет места Вере. В этом нет ничего странного, страшного, трагичного, ужасного и, вообще, плохого. Это просто так. Ребёнку и подростку нужны Знания, старикам нужна Вера. Зрелые люди более или менее удачно сочетают в себе и то и другое, но сами по себе Знание и Вера несовместимы. Не может быть предмет Веры предметом науки. Не может наука заниматься Духосферами, да ещё рассматривать всё это как перспективу российской психологии — зачем же позориться. Так мы скоро начнём использовать математический анализ для подсчёта количества чертей на острие иглы. Есть монастыри, есть кельи — там вам и «Духовный подвиг», и «Духовное развитие», и «сухие косточки», и «впалая грудь».

И есть психология — наука, которая изучает среди прочего и психологические причины и механизмы Веры (вспомним Фрейда), но никак не атрибуты Веры. И для Веры в этом нет ничего обидного. Психология может изучать, к примеру, либидозную подоплёку творчества, но категории искусства (прекрасное, ужасное, трагичное, комичное, возвышенное и т.д.) — предмет эстетики, а не психологии.

Если для религии дихотомия души и тела — первичный принцип, обеспечивающий веру в возможность посмертного возрождения, то для психологии такой дихотомии не существует. Психическая деятельность есть функция головного мозга — и подчиняется в своих динамических и содержательных аспектах онтогенезу. «Мы являемся организмами, мы не имеем организма,— писал Фредерик Перлз,— мы являемся здоровым единством»⁶⁸. Старее организм — старее личность. Умирает

⁶⁷ Лосев А.Ф. Диалектика мифа // Миф—Число—Сущность.— М., 1994.— С. 78. (919 с.)

⁶⁸ Перлз Ф.С. Указ. соч.— С. 48.

организм — умирает личность.

*

Развитие человека длится долго, но не бесконечно. После более или менее длительного периода эволюции начинается неотвратимый инволюционный процесс. В обыденном и научном языке процесс завершения развития обозначается очень просто: «зрелость» («зрелая личность», «зрелый человек», «зрелые мысли», «зрелое решение»). И если мы констатируем в определённый момент феномен зрелости, следующий шаг — увядание. Когда человеческий индивид достигает зрелости, известно даже неспециалисту, и это никак не возраст 55—60 лет, с которого принято отсчитывать старость. После 20—25 лет все люди в большей или меньшей степени начинают подчиняться инволюционным процессам, которые неуклонно начинают превалировать над эволюционными процессами и неминуемо ведут человека к духовной и физической смерти.

В период становления навыков психической деятельности ребёнок обладает значительной пластичностью и значительными резервными возможностями. В этот период можно существенно увеличить скорость и объём ассимилируемой информации, её уровень сложности, то есть ребёнка можно «развить». Это не столько трудно с практической точки зрения, сколько опасно. Мы хорошо знаем, что рано или поздно начнётся регресс, шансы на то, что период развития у ребёнка окажется затянутым во времени ничтожно малы. При этом чем выше взлет, тем круче будет перелом, тем острее и осознаннее будет кризис аутентичности, тем скорее мы можем ожидать самый широкий спектр различных психологических и патопсихологических девиаций. Родители, которые как бы ориентируют своего ребёнка на бесконечное развитие, учителя, которые ждут от подростка бесконечного совершенствования, напоминают мне авиадиспетчеров, которые отправляют в полёт самолёт, не думая о том, что ему суждено когда-нибудь приземлиться, и не научив лётчика выпускать шасси. Только жизнь — не гуманный педагог, она быстро умеет «обламывать крылья».

При этом я ещё и ещё раз подчеркиваю, что в самом процессе инволюции нет ничего патологического и даже

болезненного. Сам по себе регресс личности, как и любой регресс, очень приятен. Страшен в психопатологическом отношении резкий перелом — кризис аутентичности. И даже не столько он, сколько его осознание.

*

Кризис аутентичности — проблема преимущественно психологическая, проблема актуальная, имеющая отношение к жизни каждого человека, проблема не только до конца не разрешённая, но и практически ещё не осознанная.

Как без знания онтогенеза и эпигенеза личности нельзя понять сущность кризиса аутентичности, так и без кризиса аутентичности нельзя понять сущность многих расстройств поведения и психики, возникающих в этот период. Будучи психологическим феноменом, кризис аутентичности при неблагоприятных условиях «обрастает» психопатологической симптоматикой, начиная представлять интерес не только для психологов, но и для психиатров, поскольку патологические процессы, возникающие в непосредственной этиологической связи с кризисом аутентичности, достаточно своеобразны и, что самое главное, из других причин не выводимы.

Форма существования, когда человек находится в согласии и со своей природой и с окружающим миром, обозначается понятием «аутентичность» и считается основной экзистенциальной ценностью. Аутентичность, понимается как идеальное существование, когда человек не только идентифицирует себя с окружающей действительностью, но и воспринимает себя как не менее значимую и ценную реальность.

Аутентичность можно понимать буквально как соответствие самому себе. Если человек пытается идентифицировать себя с любым внешним феноменом, чуждым ему по содержанию и проявлениям, он лишается при этом аутентичности. Идентичность — это соответствие одного другому, аутентичность — это соответствие своему предназначению, своему пути, своей идее, своему смыслу.

Не зная о кризисе аутентичности, мы никогда не поймём, почему так часто человек, который с внешней точки зрения, казалось бы, великолепно интегрирован в имеющуюся систему

социальных отношений, «внезапно» пытается разорвать её как паутину на каком-то этапе онтогенеза.

Одним из способов подобного разрыва является самоубийство, другим — злоупотребление психоактивными веществами. В работе «Эстетика самоубийства», посвящённой психологическим аспектам самоубийства, я уже писал, что субъективный мир человека настолько сложен, индивидуален и уникален, что, даже очень хорошо разбираясь в психологии, можно встретить случаи совершенно неожиданных самоубийств, когда никто не сможет с уверенностью сказать, какие из механизмов внутриличностной защиты, которые, подобно балансиру корабля, позволяют нам плыть по беспокойному морю жизненных проблем, волнений и тревог, вышли из строя.

Потребность аутентичности — является одним из таких балансиров, а кризис аутентичности — одним из симптомов поломки. Поэтому так важно в психологии и психотерапии учитывать не только внешнюю, но и внутреннюю детерминацию поведения человека. Далее мы ещё остановимся на онтогенетических аспектах суицидального поведения более подробно.

Сейчас же постараемся рассмотреть, каким образом кризис аутентичности проявляется в жизни практически каждого человека.

*

Кризис аутентичности тесно связан с окончанием биологического созревания. Биологическое развитие окончено, наступает период зрелости, стабилизации, нормализации на каком-то определённом уровне основных процессов обмена, процессов анаболизма и катаболизма с постепенным снижением общего энергетического потенциала и жизнеспособности организма. То есть с биологической точки зрения начинается старение. Организм в целом уже не развивается, возможно дальнейшее развитие и появление каких-либо новых подсистем, но уже нет того процесса глобального развёртывания, который свойственен растущему организму.

Такой более или менее резкий перелом в направленности индивидуального существования не может не пройти

незамеченным на психологическом уровне. В процессе роста, созревания вырабатываются достаточно устойчивые стереотипы ментальной деятельности, которые ориентированы в направлении постоянного прироста психической активности, работоспособности, адаптивности. Если происходят какие-либо резкие сдвиги и колебания по типу пубертатных кризов, резкого усиления роста организма, то избыточность энергетического обеспечения растущего организма приводит к лёгкой психологической адаптации и переработке этой дополнительной информации. Заболеваемость невротизмом в период пубертата чрезвычайно низка, и это даже вызывает удивление. Например, Личко пытается объяснить этот феномен тем, что психогенные факторы, которые у детей и взрослых вызывают невротизм, у подростков вызывают нарушения поведения⁶⁹. Однако это можно объяснить и тем, что психическая деятельность в этот период чрезвычайно пластична и все проблемы, связанные с ростом, решаются достаточно легко.

Известно, что девочки, например, переносят пубертатный криз легче, чем мальчики. Происходит это потому, что у девочек половое созревание начинается существенно раньше, чем у мальчиков, когда психика ещё пластична, личностные структуры окончательно не сформированы и новые ощущения, переживания, желания, новая самооценка и самосознание легко встраиваются в «мягкий» каркас личности девочки-подростка. Как-то незаметно для окружающих девочка становится девушкой.

У мальчиков «поздний» пубертатный криз и «позднее» начало полового созревания протекают намного сложнее. Пубертатный криз приходится у большинства мальчиков на возраст от 13 до 14 лет. В этом возрасте личность подростка уже более или менее сформировалась, устоялась. Он уже начинает осознавать себя как самостоятельно функционирующего человека, как личность со своими законами, правилами мальчишеской «асексуальной» жизни, со всеми войнами, драками, ножами, марками, книгами и т.п. Представьте себе компанию мальчиков с более или менее жёсткой структурной

⁶⁹ Личко А.Е. Подростковая психиатрия: (Руководство для врачей).— Л., 1985.— С. 80.

иерархией. Все считают себя уже мужчинами, занимаются спортом. Девчонки для них не существуют. «Девчонки — это не для мужского братства. Тот кто дружит с девчонкой, не достоин быть членом настоящей мужской компании. С теми отщепенцами, которые ходят с девчонками в кино, мы не дружим». И вдруг на фоне этой достаточно устойчивой, стабильной системы независимо от воли и желания подростка начинают появляться совершенно новые, незнакомые желания и мысли. «Эта с двумя косичками, которую семь классов не воспринимал иначе, как мишень для жёванной промокашки, начинает вызывать у тебя жуткое замирание под ложечкой, хочется смотреть на неё часами; прикоснувшись к ней, домой идёшь счастливый — какой кошмар. Это — я, тот, который ещё вчера смеялся над такими же несчастными и обзывал их «жених и невеста», это я — несу ей портфель и изнываю под её окном».

И всё же, несмотря на то что подобные издержки биологического созревания представляют для мальчиков, а иногда и для девочек, много беспокойства — они крайне редко становятся причиной возникновения психопатологической симптоматики за счёт гибкости и пластичности нервно-психической деятельности в период роста. В это время ещё возможна глобальная трансформация мировоззрения — и оно постоянно трансформируется в сторону всё большего усложнения оценок различных жизненных ситуаций. Жизнь с каждым днём воспринимается более сложно, более богато. Она несёт массу неизведанных и неиспытанных возможностей. Подросток просто разрывается перед необозримыми перспективами: сегодня он желает стать лётчиком, завтра — хирургом, послезавтра — писателем.

Сам объективный процесс роста и развития приучает подростка к мысли: то что я есть сейчас — меньше, чем то чем я буду завтра: то что я имею сейчас — меньше, чем то что я буду иметь завтра. И это так. Но только в процессе биологического созревания. На психологическом уровне это приводит иногда к возникновению лёгкой эйфории в этом возрасте — от осознания собственного здоровья, энергичности, интеллектуальности. Казалось бы, пока ещё не видится никаких видимых причин, что скоро всему этому придёт конец, причём конец необратимый.

Монаков утверждает, что состояние под названием «клизис» (радость, счастье) достижимо лишь тогда, когда всё функционирование организма направлено на его развитие,— и отсюда возникает желание к повторению (продолжению) данного поведения. В противоположность этому поведение, препятствующее оптимальному развитию организма, вызывает у субъекта состояние экклизиса (горести, депрессии, упадка).

Состояние, подобное экклизису, возникает не только когда нечто препятствует оптимальному развитию организма, но и тогда, когда, достигнув пика, развитие оканчивается, энергия истощается и начинается процесс биологической и личностной инволюции и регресса.

А человеку-то ведь казалось, более того, ему продолжают все говорить, что всё впереди,— и он никак не подготовлен к тому, что после 20 лет с каждым годом всё труднее и труднее усваивать новую информацию, всё труднее и труднее что-то в крупном плане изменить в себе и просто страшно признать, что вот то, что ты есть сейчас — это уже навсегда и лучше не будет.

В этом плане тот оптимистический педагогический настрой, который сформировался в обществе не без участия гуманистической психологии с её теориями «дурного» бесконечного личностного роста, вызывает у меня крайнюю настороженность. Именно в этих тенденциях, в подобном подходе к личности я вижу причину того, что в настоящее время главный кризис аутентичности, связанный с окончанием биологического созревания, протекает у многих людей в обострённой форме.

В этом отношении показательна недавно вышедшая монография Грановской и Крижанской «Творчество и преодоление стереотипов»⁷⁰. Авторы с самого начала указывают на резкое «оскудение творческого начала» в народе и связывают это явление с историческими процессами, происходящими в России за последние 70 лет. Болея душой за русский народ, авторы требуют «увеличить количество творчества» на душу населения. Для этих целей они предлагают использовать методы «специального обучения или воспитания». Желание благостное.

⁷⁰ Грановская Р.М., Крижанская Ю.С. Творчество и преодоление стереотипов.— СПб., 1994.— С. 74.

Только авторы, похоже, забыли спросить население — желает ли оно увеличивать количество своего творчества, которое им собираются отпускать, как мыло или спички в старые добрые времена «на душу населения».

Грановская и Крижанская предъявляют неизвестно кому целый список своего недовольства существующим положением вещей. «Мы всё более и более недовольны обществом, в котором живём,— заявляют они.— Мы недовольны растущей унификацией нашей частной — семейной и индивидуальной — жизни, вынужденно одинаковой одеждой, пищей, развлечениями, мыслями, стереотипами, явственной враждебностью общества к любой форме оригинальности или просто отличности от общепринятого».

Что значит «недовольны»? Недовольны — не унифицируйтесь. Кто это «мы»? Вечно страдающая русская интеллигенция, осеменённая мировой культурой, вечно чуть-чуть беременная вселенскими замыслами и с вечной слабостью родовой деятельности? Великий знаток русского народа и русской интеллигенции Бердяев хорошо сказал, что «в русской интеллигенции рационализм сознания сочетается с исключительной эмоциональностью и с слабостью самоценной умственной жизни»⁷¹.

Как можно обвинять общество во враждебности к любой форме оригинальности, если само общество на том стоит, если само общество суть единство. Общество, если оно желает стабильного существования, вынуждено всеми силами поощрять конформизм и унитаризм.

Авторы «недовольны всепроникающей массовой культурой, вытесняющей культуру подлинную, несовместимой с какой бы то ни было духовностью и индивидуализмом в любых его проявлениях».

Стоит ли злобиться на массовую культуру, которая, исходя из определения,— явление массовое и на массы рассчитанное. Не нравится — выключите телевизор, радио, прекратите читать газеты — сходите в театр, почитайте Кафку, Музиля, Пруста, Джойса, Бродского, Пушкина, в конце концов, посмотрите

⁷¹ Бердяев Н.А. Философская истина и интеллигентская правда // Вехи. Интеллигенция в России: Сб. ст. 1909—1910.— М., 1991.— С. 24—42.

Тарковского и Сокурова, Гринуэя и Бергмана, послушайте Шнитке и не отравляйте жизнь окружающим, не мешайте им смотреть «Марианну» и «Санта-Барбару».

В Соединённых Штатах, между прочим, национальная святыня — отнюдь не Гарвард, а Музей футбольной славы, а ассоциация людей с высоким коэффициентом интеллекта «Менса» — чуть ли не тайное сообщество. Извечное желание русской интеллигенции (начиная от народников) «дотянуть» народ до своего уровня ничто иное, как утопия, ничего общего с поведением креативной личности не имеющая. Какое дело креативной личности до общества, которое её окружает. Суть креативной личности — ярко выраженный индивидуализм и, если вы так ратуете за него, — будьте индивидуалистами до конца — признайте право окружающих самостоятельно распоряжаться собственной судьбой. Не нужно всеобщей «креативизации», и нет смысла обвинять систему образования, «которая порождает конформистов и вдалбливает в головы стереотипы, формируя людей с «законченным» во всех смыслах образованием вместо того, чтобы воспитывать оригинальных мыслителей».

Уверенность, что всё зависит от воспитания и образования — следствие грубого отражательного понимания психической деятельности в каком-то примитивном локковском смысле. Можно подумать, что все креативные личности поголовно обучались в специальных, закрытых от остального народа, учебных заведениях. Нет — они учились в обычных школах, у обычных учителей, и никакая система образования не может воспрепятствовать реализации потенций человека, если они, конечно, имеются. Бродский окончил восемь классов обычной советской школы, после чего работал фрезеровщиком на «Арсенале» и санитаром в морге, и это ничуть не помешало ему стать Бродским.

Уже не только психологи и педагоги подключаются к проблеме воспитания творческой личности, но и физиологи.

«При рождении каждый ребёнок является потенциальным обладателем творческих способностей... Почему же, однако, лишь немногие остаются обладателями творческих способностей, подавляющее большинство приобретает лишь

исполнительские, а часть — вообще никаких?» — пишет физиолог Аршавский. Он предлагает использовать «принцип доминанты» в организации обучения, который якобы может способствовать развитию творческих способностей у школьников. Для этих целей учитель на каждом уроке формирует задачу-цель, а ученик самостоятельно оценивает результат, который он должен достигнуть, и учитель-консультант должен добиться, чтобы доминанта была разрешена. Затем во время перемен ученики осуществляют «раскованную двигательную активность», «пальпаторно оценивая вагус-фазу восстановления, т.е. частоту сердечных сокращений. Всё это заканчивается «чувством глубокого удовлетворения», после чего «ученик начинает любить школу, и появляется у него желание учиться... Приведённый принцип обучения и является основой сохранения и дальнейшего развития творческих способностей»⁷².

Если бы всё было так просто. Масса креативных тренинговых курсов была предложена за рубежом, чтобы обучить людей генерировать идеи. Постоянно появляются оптимистические заявления о ценности этих курсов для развития креативности, но, как доказано, на деле они всего лишь улучшают способность выполнять только тот вид тестов, которые использовались во время тренинга. Полученные навыки неприменимы в других ситуациях. Это и не удивительно.

Удивительно другое — начало разработки данной проблемы в нашей стране. Если бы это не было так смешно, это было бы грустно. Какой смысл заниматься развитием креативности у детей в стране, из которой креативные личности удирают как в старом анекдоте «хоть тушкой, хоть чучелом»? Причём тысячами. Причём никто в большинстве случаев об их креативности не беспокоился — и никого она (кроме Джорджа Сороса) не интересовала и не интересуется.

Это Соединённые Штаты в начале и в конце Второй мировой войны в первую очередь вывезли весь интеллектуальный потенциал Германии — сначала еврейский, затем немецкий.

⁷² Аршавский И.А. Роль принципа доминанты при психофизиологическом обосновании творческого процесса в системе обучения: к профилактике неврозов у детей школьного возраста // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. — СПб., 1993. — С. 183—192.

Когда нам понадобилось создать атомную бомбу — где был её будущий отец? Правильно — в тюрьме. Куда отправили создателя водородной бомбы, после того как он выполнил свою миссию и стал позволять себе индивидуальные мысли и взгляды? Правильно — под присмотр психиатров и под домашний арест. Если вы считаете, что в настоящее время в нашей стране что-либо изменилось, вспомните, что было, когда Сахаров вышел на трибуну съезда.

Это Израиль проводит ежегодно тестирование детей в Екатеринбурге и лучших за государственный счёт вместе с родителями вывозит к себе. Эти страны могут позволить сказать о себе, что им не хватает творческих личностей. России лучше бы не позориться на этот счёт.

Если наша страна и создаст уникальный метод по развитию креативности, правительства США и Израиля с радостью сократят свои расходы на образование в глубокой уверенности на скорый приток свежих сил.

*

Даже гуманистические психологи и психотерапевты (что, конечно, для них крайне нехарактерно) иногда признают некоторые перегибы в этом направлении. «Общество говорит его члену, что он свободен, независим, может строить свою жизнь в соответствии со своей свободной волей; «великая игра жизни» открыта для него, и он может получить то, что хочет, если он деятелен и энергичен. В действительности для большинства людей все эти возможности ограничены», — пишет Франкл.⁷³

«Перед тобой открыты все просторы», — внушается подростку и молодому человеку. «Ты всего можешь добиться, если приложишь усилия», — беззаботно и благодушно обманывают его. И наивный, доверчивый человек набирает скорость и на парусах надежды врывается в рифы жизни — и чем быстрее скорость, тем сокрушительнее удар. Как писал Пёрлз: «Мечты юности становятся подобными ночному кошмару, отравляющему существование»⁷⁴.

Не случайно все сказки кончаются на свадьбе и на «стали

⁷³ Франкл В. Человек в поисках смысла: Сб. — М., 1990. — С. 234.

⁷⁴ Пёрлз Ф. С. Указ. соч. — С. 119.

они жить долго и счастливо». Потому что после этого ничего больше и не было. Принц становится королём, принцесса — королевой (или не становятся), потом все медленно стареют. Грустная картина. Не для сказок.

У Евгения Шварца есть совершенно замечательная сказка «Обыкновенное чудо». Волшебник превратил медвежонка в человека с условием, что если тот когда-нибудь полюбит и поцелует принцессу, то снова превратится в медведя. Юноша влюбляется в прекрасную принцессу, целует её и... не превращается в медведя — в этом и заключается настоящее чудо. Юноша не превращается в медведя, который сидит у телевизора, пьёт пиво, шляется по кабакам, читает газеты, ходит на выборы и не занимается всей той ерундой, которую люди называют жизнью и от которой так тошнит, что и слов нет.

Но чудеса, к сожалению, случаются редко. Крайне редко личностное развитие человека не останавливается после двадцати лет. В большинстве случаев происходит постепенная остановка развития — и незаметно осознаёшь, что ещё вчера ты только собирался на ярмарку, а сегодня ты уже едешь с ярмарки.

В этом процессе нет не только ничего патологического, но даже болезненного. Более того, я смею заверить, что процессы регресса и инволюции сами по себе доставляют массу удовольствия, и об этом мы ещё будем иметь возможность поговорить ниже. В норме к 25 годам зрелая личность достигает уже того или иного социального положения, она достаточно хорошо интегрируется в систему социальных отношений, занимая в оптимальном случае то место, которое максимально соответствует имеющемуся потенциалу. Человек замечает, что если он и не достиг всего того, о чём мечталось, однако то, что имеется, не лишено приятности. Он чувствует свою нужность, социальную полезность, он становится одним из многих, он становится полноценным членом общества, первоначальное чувство недовольства начинает проходить, с каждым днём он начинает открывать все преимущества спокойной жизни, в которой необходимо прилагать минимальное количество усилий, чтобы не выпасть из общей упряжки. Делай своё дело, не высовывайся, и, если ты не совсем дурак, карьера будет идти сама собой. Прежние порывы юности воспринимаются со смехом

и улыбкой. Возникает чувство самоуважения. И общество предлагает массу готовых вариантов, чтобы повысить это самоуважение: от орденов и медалей до званий и титулов. Кризис аутентичности благополучно преодолен.

В знаменитом романе Гёте «Страдания юного Вертера» такой тип личности замечательно выведен в лице Альбера — мужа Шарлотты. Альбер — человек «милый», «славный», «вполне заслуживающий уважения», он честен, порядочен, ограничен рамками общих ценностей, его больше беспокоит соответствие своего поведения общепринятым нормам, чем собственным желаниям и побуждениям. Да их и не возникает у него. Вся жизнь его расписана и запланирована на много лет вперёд — служба, женитьба на Лотте, и он не понимает совершенно противоположного ему по складу характера Вертера. Он не одобряет индивидуализм Вертера, так как в каждом поступке Альбера интересует именно то, как на это посмотрят окружающие. Альбер идентичен и аутентичен.

Однажды Вертер перед прогулкой зашёл к Альберу, и на глаза ему попались висящие на стене пистолеты. Шутки ради он внезапным движением прижимает дуло пистолета ко лбу.

«Фу! К чему это? Даже представить себе не могу, как это человек способен дойти до такого безумия, чтобы застрелиться; сама мысль противна мне», — возмущается Альбер.

«Странный вы народ, — отвечает ему Вертер. — Для всего у вас готовы определения: то безумно, то умно, это хорошо, то плохо! А какой во всём этом смысл? Разве вы вникли во внутренние причины данного поступка? Можете вы с точностью проследить ход событий, которые привели, должны были привести к нему? Если бы взяли на себя этот труд, ваши суждения были бы не так опрометчивы».

Но примитивная личность и общество примитивных личностей — и раньше, и сейчас редко когда даёт себе труд вникнуть во внутренние психологические переживания конкретного человека. Экономически выгоднее и проще мыслить и действовать по раз и навсегда выработанным правилам, не задумываясь, какой в этом смысл. Это не должно звучать как осуждение или упрёк — общество не может функционировать иначе.

Кто из двух героев романа — Вертер или Альбер — в конечном счёте покончил с собой, я думаю, говорить нет необходимости. Этот роман следовало бы перечитать всем тем гуманистическим психологам и поборникам развивающего обучения, которые с утра до вечера мечтают из всех Альберов вырастить Вертеров.

В одном из самых лучших и самых малоизвестных романов двадцатого века «Человек без свойств» Роберт Музиль блестяще описывает кризис аутентичности, связанный с остановкой личностного развития, и процесс его преодоления на примере Вальтера — друга главного героя, Ульриха.

Кризис аутентичности Вальтера усугубляется не только тем, что он имеет изначально большие задатки, то есть кривая личностного развития изначально круто уходит вверх (чем выше потенциал личности, тем тяжелее переживается кризис аутентичности), но и тем, что рядом с ним находится его жена, которая этот кризис замечает, то есть видит остановку в развитии Вальтера, но не собирается с ней мириться.

Когда-то Ульрих и Вальтер были друзьями юности, вместе мечтали и восхищались красотой и бесконечными возможностями мира, но, достигнув зрелости, Ульрих остается «человеком без свойств», «человеком возможностей», идущим «рядом с жизнью», а Вальтер испытывает мучительные переживания из-за невозможности осуществить свои творческие замыслы и планы. Причём ситуация такова, что *у него нет формальной возможности обвинить кого-либо в препятствии реализовать собственные потенции.*

Вальтеру тридцать пять лет. В молодости он увлекался живописью, музыкой и поэзией. Находились специалисты, которые прочили Вальтеру великое будущее, и он, как это часто бывает, сам привык мыслить себя в перспективе своего великого будущего. Несмотря на сомнения родственников жены, которые здраво полагали, что у молодого человека нет воли, если он не может заниматься определённым делом, приносящим деньги, Вальтер в конце концов обосновался в своём доме вместе с женой и тихой должностью, не требующей много времени и усилий, но и не приносящей существенного дохода.

Казалось бы, он создал себе все условия для творчества. «Но

когда не осталось ничего, что нужно было преодолевать, случилось неожиданное: произведений, которые так долго сулило величие его помыслов, не последовало». Вальтер в ужасе осознаёт, что он не может больше работать, каждое утро с надеждой на вдохновение он запирается на несколько часов дома, совершает многочасовые прогулки с закрытым мольбертом, но то небольшое, что он создаёт в эти часы, он никому не показывает и уничтожает. Достаточно было установить холст на мольберте или положить чистый лист бумаги на стол — и уже возникало ощущение ужасной пропажи в душе. Замученный безнадёжностью во всех своих решениях и побуждениях, он страдал от горькой грусти, и его неспособность превратилась в боль, которая часто, как носовое кровотечение, возникала у него где-то во лбу, едва он решался за что-то взяться.

Это — кризис аутентичности.

Во время своего прихода Ульрих беседует с Клариссой (женой Вальтера).

«Ты, значит, не веришь,— говорит она Ульриху, — что он ещё чего-то достигнет».

«Нет второго такого примера неизбежности, как тот, что являет собой способный молодой человек, когда он суживается в обыкновенного старого человека — не от какого-то удара судьбы, а только от усыхания, заранее ему предназначенного!» — отвечает ей Ульрих.

Музиль не только блестяще показывает сущность кризиса аутентичности (настоящий писатель для психолога — всё равно, что микроскоп для гистолога), но и показывает, как личность защищает себя от, казалось бы, неминуемого в этой ситуации осознания.

Взгляды Вальтера на глазах начинают меняться. Он начинает «подводить черту, в музыке, например, после Баха, в литературе — после Штифнера, в живописи — после Энгра, и объявляет всё последующее вычурным, упадочническим, утрированным и вырождающимся; мало того, он с каждым разом всё запальчивей утверждает, что в такое отравленное в своих духовных корнях время, как нынешнее, чистый талант (к которому он продолжает относить себя) должен вообще воздерживаться от творчества». И всё чаще из его комнаты раздаются звуки Вагнера — музыки, которую он в прежние годы учил свою жену презирать как

образец мещанства, но перед которой теперь сам не мог устоять.

Кларисса молода и всеми силами сопротивляется личностному регрессу Вальтера. Она, считающая гениальность вопросом воли, с пятнадцати лет мечтала выйти замуж за гения и не разрешает Вальтеру не быть гением — «увидев его несостоятельность, она стала бешено сопротивляться. Как раз когда Вальтеру необходимо было человеческое тепло, когда Вальтера мучило его бессилие, она не поддавалась ему...»

Мудрый Ульрих, как подозревает Кларисса, всё понимает, но она не хочет признать его жестокую правоту и предпочитает продолжать мучить Вальтера. «Причину таинственных изменений, которые, пожирая гений, составляют болезнь, Ульрих считал самой обыкновенной глупостью. Совсем не в обидном смысле. В глупости,— размышляет он,— есть что-то необыкновенно располагающее и естественное и чистейшая банальность всегда человечнее, чем новое открытие, чем Ван Гог, Шекспир или Гетё».

Тем временем состояние Вальтера (не без помощи Клариссы) всё ухудшалось, пока он не нашёл великолепной защиты в мысли, которой он никогда прежде не ценил. Мысль эта заключалась в том, что Европа, где он был вынужден жить, безнадежно выродилась.

«Многим людям,— пишет Музиль,— явно проще верить в какую-то тайну, отчего они и провозглашают неудержимый упадок чего-то, что не поддаётся точному определению и обладает торжественной расплывчатостью. Да и совершенно, в сущности, безразлично, что это — раса, сырая растительная пища или душа: как при всяком здоровом пессимизме, тут важно найти что-то неизбежное, за что можно ухватиться. И хотя Вальтер в лучшие годы способен был смеяться над такими теориями, он тоже, начав прибегать к ним, быстро увидел великие их преимущества. Если дотоле был неспособен к работе и плохо чувствовал себя он, то теперь неспособно к ней было время, а он был здоров. Его ни к чему ни приведшая жизнь нашла вдруг потрясающее объяснение, оправдание в эпохальном масштабе, его достойное».

Одна только Кларисса мучила его. Как только Вальтер начинал патетическим тоном сетовать, что «нынче всё

развалилось», Кларисса «тоном заботливой мамочки» с издёвкой спрашивала:

— Хочешь пива?

— Пива? Почему бы нет? Я ведь не прочь... Немножко погулять, перекинуться словом с соседями и спокойно закончить день. Это и есть человеческая жизнь...

Да, это и есть нормальная человеческая жизнь.

*

Из разной содержательной наполненности одной и той же личности на разных этапах её личностного онтогенеза непосредственно вытекает известный конфликт поколений, конфликт между миром креативных детей и подростков и миром взрослых. Разное мировоззрение, разные ценности, разнонаправленное в векторном отношении бытие приводит к естественному антагонизму, который из поколения в поколение находит своё естественное же разрешение в том, что девяносто пять процентов бунтующих подростков (нигилистов и анархистов) незаметно в процессе онтогенеза превращаются в примитивных личностей и вливаются в примитивный мир. Они незаметно для себя усваивают и понимают ценности этого мира и стыдливо вспоминают свои «незрелые» юношеские порывы и фантазии.

Какие нормальные юноша и/или девушка интересуются материальным положением или социальным статусом своей любимой или любимого? И какие нормальные молодой мужчина и/или молодая женщина не интересуются этим? Какие нормальные юноша и/или девушка интересуются социальной престижностью или материальной выгодностью своей будущей профессии? И какие нормальные молодой мужчина и/или молодая женщина не выразят в последующем в душе благодарность своим дальновидным родителям, которым удалось заставить своего ребёнка выбрать именно ту профессию, которая при минимуме затрат принесёт социальные плоды?

Вся проблема онтогенеза личности заключена в том, что после достижения биологической зрелости внутренний, ядерный потенциал личности начинает неизбежно и необратимо, как шагреневая кожа, уменьшаться, съёживаться, сужаться и

морщиться. Живая душа начинает постепенно умирать — и единственный способ не замедлить, но спрятать этот страшный необратимый процесс от себя и от других — это забота о возведении декораций, укреплении фасада личности. Деньги, имущество, власть, связи, титулы и звания, национальная гордость и патриотизм, вера и мораль — вот вечные способы иллюзорного увеличения масштаба собственной личности не только в глазах окружающих, но и в своих собственных. В тех случаях когда мы видим перед собой личность, глубоко внутренне заинтересованную и озабоченную вышеперечисленными проблемами, мы видим умирающую личность.

Эти средства могут быть иногда востребованы совместно, иногда одно из них вытесняет другие. Так, вера может вытеснять любовь к деньгам или наоборот; модная одежда — национальную гордость или наоборот; патриотизм может стать выше денег и имущества или наоборот — не суть важно. Цель всех этих средств одна — прикрыть, замаскировать, спрятать, защитить от внешнего взора свою всё уменьшающуюся внутреннюю сущность и ценность.

На фоне укрепления социального статуса, профессионального и карьерного роста, расширения связей, увеличения дохода и благосостояния, социальной значимости собственной личности незаметно идёт постепенный, но необратимый процесс распада личности, её медленная инволюция. И возникает тот самый парадокс человеческого существования, на который в своё время обращал внимание Ананьев, говоря, что во многих случаях те или иные формы человеческого существования прекращаются ещё при жизни человека как индивида, т.е. их умирание наступает раньше, чем физическое одряхление от старости. Он рассматривал всё это как нормальное состояние, связанное с «сужением объёма личностных свойств».

Несмотря на значительные возможности в развитии отдельных систем и функций после достижения зрелости, общее количество энергии индивида существенно снижается, что приводит к более или менее заметному изменению личностного бытия. Происходит смена энергетического вектора,

неосознаваемая в норме и осознаваемая в патологии.

Земная жизнь пройдена до середины, сборы рюкзака для примитивной личности окончены. Всё что можно было взять с собой — взято, всё что можно было познать — познано, всё что можно было выучить — выучено. Нормальный человек отправляется в путешествие по жизни, которое должно казаться для него продвижением по лестнице вверх, хотя на самом деле он с каждым шагом движется вниз. *Нравственность, религиозность и духовность — три колокола, звонящие по умершей личности.*

Музиль писал, что «мало кто в середине жизни помнит, как, собственно, они пришли к самим себе, к своим радостям, к своему мировоззрению, к своей жене, к своему характеру, но у них есть чувство, что теперь изменится уже мало что... В юности жизнь ещё лежала перед ними, как неистощимое утро, полная, куда ни взгляни, возможностей и пустоты, а уже в полдень вдруг появилось нечто, смеющее притязать на то, чтобы быть отныне их жизнью, и в целом это так же удивительно, как если к тебе вдруг явится человек, с которым ты двадцать лет переписывался, не зная его, и ты представлял себе его совершенно иначе. Но куда более странно то, что большинство людей этого вовсе не замечает... Нечто обошлось с ними, как липучка с мухой, зацепило волосок, задержало в движении и постепенно обволокло, похоронило под толстой плёнкой, которая соответствует их первоначальной форме лишь отдалённо. И лишь смутно вспоминают они уже юность, когда в них было что-то вроде силы противодействия. Эта другая сила копошится и ерепенится, она никак не хочет уgomониться и вызывает бурю бесцельных попыток бегства; насмешливость юности, её бунт против существующего, готовность юности ко всему, что героично, к самопожертвованию и преступлению, её пылкая серьёзность и её непостоянство — всё это ничто иное, как её попытка бегства»⁷⁵.

Большинство людей и после 30 лет ещё предаются иллюзии, что они могут завтра проснуться и что-то изменить в своей жизни, что они ещё молоды и у них всё впереди, что предыдущая жизнь — это только увертюра к большой и многоактной опере. Это не так, и вся социальная система устроена таким образом,

⁷⁵ Музиль Р. Человек без свойств: Роман. — Кн. 1. — М., 1984. — С. 543.

что, даже если примитивная личность и осознает в определённый момент, что её обманули, общество всей своей машиной засосёт и поглотит её последний вопль. «Одна и та же идиотская участь постигает миллионы и миллионы. Существование как таковое, монотонное само по себе, сведено централизованным Государством к однообразной суровости»⁷⁶, — писал по этому поводу Бродский.

Феномен остановки и инволюции человеческой личности настолько заметен, настолько ярок, что у многих людей возникает иллюзия, что имеет место какое-то внешнее вмешательство. Весь процесс остановки рассматривается как ошибка, как артефакт. И никакие факты, указывающие на тотальность этого процесса, не помогают большинству учёных отказаться от соблазнительной идеи вмешаться в этот нормальный ход вещей и не дать заснуть «засыпающей красавице».

Антуан де Сент-Экзюпери описывает в «Планете людей» семью в вагоне третьего класса — мать кормит младенца, отец, «как ком глины». Автор задаётся вопросом: «Почему же так изуродована благородная глина, из которой вылеплен человек?» «Дело не в нищете, грязи и уродстве, — рассуждает он. — Они когда-то встретились впервые, и наверно, он ей улыбнулся и, наверно, после работы принес ей цветы. Быть может, застенчивый и неловкий, он боялся, что над ним посмеются. А ей, уверенной в своём обаянии, из чисто женского кокетства, быть может, приятно было его помучить. И он, превратившийся нынче в машину, только и способную ковать и копать, томился тревогой, от которой сладко сжималось сердце. Непостижимо, как же они оба превратились в комья грязи? Под какой страшный пресс они попали? Что их так исковеркало?»⁷⁷

Он смотрит на малыша, примостившегося между отцом и матерью. «Я смотрел на гладкий лоб, на пухлые нежные губы и думал: вот лицо музыканта, вот маленький Моцарт, он весь — обещание! Он совсем как маленький принц из сказки, ему бы расти, согретому неусыпной разумной заботой, и он бы оправдал

⁷⁶ Бродский И.А. Форма времени: Стихотворения, эссе, пьесы: В 2 т. — М., 1992. — Т. 2. — С. 276.

⁷⁷ Сент-Экзюпери А. Планета людей // Сб. — М., 1970. — С. 125.

самые смелые надежды! Когда в саду, после долгих поисков, выведут наконец новую розу, все садовники приходят в волнение. Розу отделяют от других, о ней неусыпно заботятся, холят её и лелеют. Но люди растут без садовника. Маленький Моцарт, как и все, попадёт под тот же чудовищный пресс. И станет наслаждаться гнусной музыкой низкопробных кабаков. Моцарт обречён»⁷⁸.

Он возвращается в свой вагон и говорит себе, что эти люди не страдают от своей судьбы. И сам он не столько сострадает и жалеет, сколько мучается заботой садовника. «Меня мучит не вид нищеты, в конце концов, люди свыкаются с нищетой, как свыкаются с бездельем. На востоке многие поколения живут в грязи и отнюдь не чувствуют себя несчастными. Того, что меня мучит, не излечить бесплатным супом для бедняков. Мучительно не уродство этой бесформенной, измятой человеческой глины. Но в каждом из этих людей, быть может, убит Моцарт»⁷⁹.

Мучительно созерцать процесс умирания человеческой личности, но, если, как Экзюпери, верить в то, что любовью и заботой этот процесс можно приостановить, становится легче. Но это только вера — и больше ничего. Ещё более мучительно осознавать, что процесс этот необратим и никакие заботы садовника не могут что-либо изменить в существующем порядке вещей. Никто не убивал Моцарта. Моцарт уснул. Прекрасная маленькая бабочка превратилась в толстую прожорливую гусеницу, уютно устроившуюся на своём вкусном зелёном листе, и всё что её интересует — это ещё более большой и сочный лист, на который она стремится переползти, безжалостно спихивая менее проворных собратьев.

*

Больше всех в отношении остановки личностного развития достаётся педагогам и образовательной системе в целом. Именно бедных учителей в первую очередь, безо всяких на то оснований обвиняют в подавлении творческого потенциала в своих учениках. Более того, их даже умудряются обвинять в увеличении количества олигофренов — феномене, связанном с

⁷⁸ Там же.— С. 126.

⁷⁹ Там же.— С. 126.

генетическими заболеваниями до 3-летнего возраста, то есть когда о школе никакой речи ещё не идёт.

«Почему же, переступив порог школы, дети утрачивают потенциально присущие им творческие способности? — удивляется физиолог Аршавский.— Почему, как это уже неоднократно указывалось, школа является фактором отупения детей, фактором не развития, а, напротив, задержки их интеллектуального (духовного) развития и, более того, фактором риска для таких заболеваний, как неврозы и даже дебилность»⁸⁰. Французский поэт Поль Валери, вспоминая учёбу в школе, пишет, что нередко «первым учеником» был подросток, довольствующийся уже пережёванной пищей, которой кормили его учителя. И если ему не везло и он не встречал среди них какого-нибудь Сократа, который не соглашался обучать его «законченным истинам», он подвергался серьёзной опасности погрузиться в сон и совсем молодым приобщиться к сонму покойников («духовных покойников»).

Вот типичные примеры широко распространённого заблуждения, даже двух заблуждений: во-первых, считается, что учителя и школа «губят» психику ученика; и, во-вторых, наивно полагается, что встреча с настоящим учителем может что-либо изменить. Только ведь давно уже было мудро сказано, что не учитель находит ученика, а ученик находит учителя.

Какое бы направление в психологии мы не рассмотрели, в любом мы найдём признаки непонимания реального положения вещей. Например, представители критической психологии (Хольцкамп, Кайлер, Браун) оперируют понятием «способность к действию», которое предполагает способность индивида, благодаря его участию в жизни общества, контролировать свои собственные условия жизни и распоряжаться ими. Развитие этой способности якобы имеет две альтернативные возможности (определяемые социальными условиями и местом индивида в обществе):

1) ограниченное развитие, когда индивид приспособливается к существующим условиям и подавляет свои «истинные» интересы, используя средства психологической защиты от неудовлетворённости, дискомфорта и т.п.;

⁸⁰ Аршавский И.А. Указ. соч.— С. 183—192.

2) полное развитие, когда индивид осознаёт свои собственные потребности и борется за коренное улучшение условий жизни, свободно развивая при этом свои «сущностные силы». Все психические процессы рассматриваются как аспекты этой способности.

В области мышления они выделяют дихотомию «толкования» (обыденного мышления со свойственными ему фетишизмом, упрощениями, персонификациями и т.п.) и «понимания» (проникновения в сущность вещей); в области восприятия — в противопоставлении «неадекватного (иллюзорного) восприятия действительности» и «адекватного её восприятия». Задачей педагогики представляется воспитание такой личности, которая могла бы мыслить и действовать самостоятельно, что предполагает активное её участие в общественной жизни вплоть до противодействия господствующим общественным отношениям (если они не способствуют положительной самореализации индивидов) и борьбы за их уничтожение. При этом воспитание, обучение и даже психотерапия мыслятся как средства, которые помогут большему количеству людей «наиболее успешно перейти от ограниченного развития к полному развитию».

Нельзя трактовать нормальное развитие личности как неполное, а тем более пытаться перевести его на некий более высший уровень, так как процесс остановки психического развития во многом не зависит от усилий психотерапевта или педагога, а усилия в этом направлении могут привести только к осознанию человеком дисгармонии между потенциально достижимыми духовными вершинами и его собственными реальными возможностями. Поэтому такая «психотерапия» приведёт не к улучшению, а к ухудшению психического состояния, не к снятию тревоги, а к её увеличению. Такая психотерапия может привести к потере тех примитивных способов защиты от тревоги, которые существуют на соответствующем уровне личностного развития, но не приведёт к овладению способами высшей защиты.

Однажды мне пришлось консультировать супругов уже достаточно зрелого возраста (и тому и другому было под сорок). У обоих это был повторный брак. Она работала преподавателем в

высшем учебном заведении, а он — актёром в театре. В профессиональном и творческом плане муж не обладал какими-либо выдающимися способностями, но совершенно нормально справлялся со своей работой, очень любил её, несмотря на то что играл большей частью роли второго плана. В какой-то степени он осознавал свой творческий актёрский потенциал, и если и переживал, как любой человек творческой профессии, свою второстепенность, то эти переживания не приводили к личностной декомпенсации, а тем более к нервно-психическому срыву. Он удовлетворялся тем, что хорошо справлялся со своими обязанностями и, кроме этого, старался компенсировать и свою потребность выделиться, и материальные запросы, работая с детьми в школах.

Однако его вторая жена почему-то вдруг решила, что творческий потенциал её мужа и его реальные профессиональные и творческие достижения не соответствуют друг другу и что он вполне может добиться большего, если только приложит к этому усилия. С этой целью она (как потом сама призналась) разработала целую стратегию поведения, направленную на усиление творческой активности мужа. Она начала систематически специально «бить» по «больным точкам» личности мужа, постоянно намекая на его творческую импотенцию, говоря, что он как актёр не состоялся и то, что он выполняет на работе, не имеет к искусству никакого отношения, а если он не состоялся как профессионал — это значит, что он не состоялся как мужчина, так как настоящий мужчина не может довольствоваться вторыми ролями на работе и т.д. и т.п. Причём она это делала совершенно сознательно, будучи уверенной, что подобное поведение в конце концов приведёт к положительным результатам, муж станет более активным и добьётся того, чего бы ей хотелось.

Когда они обратились ко мне, у мужа уже была развёрнутая клиника невроза с выраженной депрессией и суицидальными мыслями (причём жена сама была вынуждена искать для него психиатрической и психотерапевтической помощи), семья была на грани распада, а муж уже собирался уходить со своей работы. Душевные страдания, которые жена причинила своему супругу во время этого «развивающего» эксперимента, с трудом

поддаются описанию. Он полностью утратил сон, в его поведении, вместо ожидаемой активности и гибкости, начали резко преобладать черты пассивности, ригидности, «застреваемости», психастеничности, тревожной мнительности, появились идеи самообвинения и самоуничтожения, постепенно стала нарастать общая астеническая симптоматика, появился депрессивный фон и нежелание жить.

Нельзя давать человеку возможность осознать неправильность собственного существования — наглядный пример тому катастрофические явления, наблюдаемые в более просто организованных сообществах, сталкивающихся на своём историческом пути с более высокоорганизованными цивилизациями. Эти контакты редко приводят к тому, что более примитивное сообщество, сохраняя свои основные черты и самобытность, переходит на какой-то более высокий уровень существования. Напротив — нарастает уровень тревожности, усиливается алкоголизация, распадаются привычные социальные институты и в том числе утрачиваются отработанные схемы защиты личности.

Роберт Музиль, который, как и Достоевский, Джойс, Кафка, Пруст, помогает нам понять человека лучше, чем любое руководство по психологии, писал: «...у каждого есть свой внутренний размер, но одежду этого размера он может носить любую, какую ни подкинет судьба... в ходе времени обыкновенные и неличные мысли сами собой усиливаются, а необыкновенные пропадают, отчего почти каждый автоматически становится всё посредственнее, то вот и объяснение, почему, несмотря на тысячи возможностей, нам как будто открытых, обыкновенный человек и правда обыкновенен»⁸¹.

*

Последние экспериментальные данные свидетельствуют о том, что в мозге человека и высших животных постоянно протекают процессы прогнозирования и сличения реально наступившей ситуации с прогнозируемой ситуацией. Фейгенберг пишет, что уже ласточка, ловящая насекомое, не догоняет его,

⁸¹ Музиль Р. Указ. соч. — С. 504

повторяя путь его полета, а летит «наперерез» — не на насекомое, а в некоторую точку пространства, где в соответствии с прошлым опытом ласточки она вероятнее всего окажется одновременно с насекомым. Всякое неожиданное изменение ситуации ведёт к тому, что наступает рассогласование между имеющейся в данный момент ситуацией, отраженной органами чувств, и той, которую ожидал, прогнозировал (предвидел) организм. Чем больше рассогласование между фактически возникшим сигналом и прогнозируемым, тем большее количество информации несёт этот сигнал, тем более патогенным он может оказаться⁸².

Личность, функционирующая в условиях развивающегося организма, имеет тенденцию рассчитывать траекторию своего жизненного пути в расчёте на постоянное естественное самообновление и саморазвитие. Моё «Я» сегодня — есть нечто меньшее, чем моё «Я» завтра. «Настоящая жизнь» сознательно или бессознательно рассматривается как вопрос будущего, а момент сиюминутного бытия воспринимается лишь как подготовительный этап — нечто черновое и не имеющее самостоятельной ценности.

Ребёнку и подростку на каждом шагу внушают: «Подрасти — и ты всё поймешь, подрасти — и тебе всё будет можно, подожди — у тебя всё впереди». Момент достижения зрелости воспринимается как долгожданный праздник, а праздник почему-то всегда не соответствует нашим ожиданиям.

Достигнув зрелости, человек зачастую испытывает жесточайшее разочарование. Именно в тот момент, когда стоишь на вершине горы, наиболее высок шанс осознать, что это всё: «взлёт» окончен, дальше начинается нескончаемая череда серых будней. Жизнь, которая виделась как расцвет, расцвела и облетела за один день. Праздник, которого ждали так долго, пролетел за одну секунду, за одно мгновение, и пришла пора убирать со стола и ложиться спать. Пора освободить место другим. Всё то лучшее, что виделось впереди, в один момент оказалось позади.

Уже сам по себе онтогенетический перелом в силу того, что он требует более или менее кардинальной перестройки всех

⁸² Цит. по: Свядощ А.М. Неврозы. — М., 1982. — С. 274.

систем прогнозирования, вызывает более или менее значительное психоэмоциональное напряжение. Но особенную болезненность этот процесс приобретает в тех ситуациях, когда личность отказывается по тем или иным причинам учитывать собственный биологический базис. Всё более и более усиливающийся разрыв между прогнозируемыми точками достижений и реальными достижениями приводит к нарастанию тревоги, потому что процесс ежедневного уменьшения шансов достигнуть желаемого не может не учитываться в бессознательных или сознательных пластах психики.

*

Мы помним, что личность представляет собой биосоциальное единство, и не всегда биологический базис может обеспечить личности достаточно высокий уровень социальной идентификации, интеграции и функционирования. Уровень психической энергии не только внутренне детерминирован и имманентен для каждой личности, но и имеет онтогенетически обусловленную эволюционно-инволюционную динамику. Процесс социализации, существенно изменившийся за последние столетия, связан в настоящее время не столько с фактом рождения индивида, сколько с его личностными потенциями. Ранее рамки социального функционирования ребёнка определялись в большей мере рамками социального функционирования его родителей, нежели его собственными способностями и потенциями: сын короля становился королём, сын сапожника — сапожником. Система каст и сословий функционировала тысячелетия. В ней были отрицательные и положительные стороны, но прежде всего она лишала человека необходимости выбора и ответственности за него.

Антропологи, сравнивая воспитание детей в разных обществах, приходят к выводу, что во многих культурах не существует чёткого контраста между взрослым и ребёнком. В таких условиях переход от детства к взрослости переходит плавно. Иначе протекает переход от детства к взрослости в современных условиях, когда важные требования к детям и взрослым не совпадают, а часто являются противоположными. В результате этого и складывается неблагоприятная ситуация⁸³.

⁸³ Драгунова Т.В. «Кризис» объясняли по разному //Хрестоматия по возрастной

В ситуации свободы выбора считается, что только от самого человека зависит, в какой иерархической социальной системе он будет функционировать. Сама возможность рождает надежду, надежда — притязания, притязания — возможность несоответствия, несоответствие — страдание, страдание — болезнь. Причём процесс этот идёт по порочному кругу. Родители, не достигшие желаемого социального уровня, проецируют свои мечты на детей, те, в свою очередь, на своих детей и так далее...

А. И. Захаров, занимаясь изучением особенностей невротических состояний в детском и подростковом возрасте, пришёл к заключению, что они, как правило, являются клинко-психологическим выражением проблем семьи даже в трёх поколениях: прародителей, родителей и детей. Описанную выше ситуацию он обозначает как «паранойяльный настрой родителей», проявляющийся в неприятии индивидуальности ребёнка, несоответствии требований и ожиданий родителей реальным возможностям детей⁸⁴.

И всегда в ситуации, когда навязанный личности извне процесс социальной интеграции во все более усложняющиеся социальные группы перестаёт соответствовать и перерастает биологическую основу и потенциал личности, мы наблюдаем чётко очерченный феномен кризиса аутентичности. Человек перестаёт соответствовать самому себе. Уровень социального функционирования, который требует от него социальное окружение, оказывается выше возможностей индивидуально-биологического базиса личности. В итоге интеграция возможна лишь путём максимального перенапряжения всего наличного потенциала личности, что чревато возникновением самых различных защитных патологических процессов.

Ещё раз подчеркнём, что процесс этот особенно часто наблюдается в случаях проекции со стороны родителей или других значимых лиц референтной группы своих нереализованных желаний, фантазий и тщеславных устремлений на ребёнка и подростка. Так, родители, не имеющие высшего образования, могут желать, чтобы их дети обязательно получили

психологии.— М., 1994.— С. 216—217.

⁸⁴ Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков.— Л., 1982.— С. 123.

высшее образование и прилагают к этому все усилия, иногда в ущерб своей личной жизни, благосостоянию и здоровью. Ребёнок в этой ситуации практически лишён права выбора, он не может развиваться аутентично, он постоянно идентифицируется с представлениями о себе со стороны родителей и всего их окружения, постоянно информирующегося о тех героических усилиях и затратах, на которые идут ради ребёнка и невольно участвующего в мощном давлении. Ребёнок в этой ситуации никогда не воспринимается как самостоятельная самоценная личность — и сам привыкает оценивать себя лишь в соответствии с теми представлениями, которые сложились о нём в окружающем его микросоциуме.

Как только потенциал личности исчерпывается, а особенно заметен этот процесс в период окончания биологического созревания, возникает всё более увеличивающийся разрыв и «вилка» между тем, что от человека ждут и как его себе представляют (в том числе и как он сам себя представляет), и тем что имеется в реальности. Возникает тяжелейший кризис аутентичности с развитием чувств неполноценности, стыда, растерянности и потерянности.

Захаров, разбирая патогенез неврозов у детей, пишет, что именно двойственная, противоречивая ситуация внутреннего конфликта, вызванного рассогласованием между требованиями родителей, своим опытом и невозможностью найти «рациональный» выход из него, приводит к тому, что дети начинают играть не свойственные им роли, «заставляя себя быть другими, не такими, какие они есть, и выполняя функции, превышающие их адаптационные возможности, они находились в состоянии постоянного внутреннего конфликтного перенапряжения», что и приводило к дезорганизации нервно-психической деятельности⁸⁵. Невроз в этом случае — зачастую единственное парадоксальное средство решения проблем, неосознаваемая попытка избавиться от них и обрести душевное равновесие.

Ситуация часто обостряется ещё и тем, что ребёнок, подросток или молодой человек в этот период не могут найти поддержки со стороны самых близких людей, которые

⁸⁵ Захаров А.И.—Указ. соч.— С. 123.

расценивают его несостоятельность как «дурь», лень и «подлое предательство» спроецированных на подростка идеалов.

При этом, с одной стороны, чрезвычайно опасен сам момент кризиса аутентичности, так как вышеописанный фактор входит в триаду самых мощных личностно значимых психических травм: угроза собственной жизни и здоровью, угроза жизни и здоровью близких людей, угроза своему социальному статусу и материальному благополучию.

Не случайно именно в этот период мы наблюдаем резкое усиление самых серьёзных деструктивных форм девиантного поведения, включая аддиктивное и суицидальное. Естественная агрессивность подростка и молодого человека, связанная с неудовлетворённостью социальным статусом, в современных условиях с трудом может быть направлена на внешние социальные институты, поскольку чем дальше идёт процесс социальной эволюции, тем большая роль в занятии места в жизни отводится способностям самого человека и ему некого винить, кроме себя самого. Не случайно поэтому агрессия подростков все чаще и чаще направляется именно на самого себя.

*

С другой стороны, чрезвычайно нехороши и последствия кризиса аутентичности. Подросток и молодой человек, ориентированный на функционирование в группах высокого развития, одновременно не получает навыков функционирования в тех социальных группах, которые реально соответствуют его индивидуальному и личностному потенциалу. И поэтому в послекризисный период зачастую не происходит плавного перехода на ступеньку ниже, как можно было бы предположить, а личность опускается в прямом и переносном смысле иногда на несколько ступеней ниже и вынуждена функционировать на уровне, который даже объективно ниже имеющегося потенциала.

Вместо того, чтобы получить хорошее среднее профессионально-техническое образование, человек растрчивает время на многолетние безуспешные попытки получить высшее образование (сколько таких страдальцев, грызущих с упорством, достойным лучшего применения, гранит науки, можно наблюдать в любом институте или университете). Когда же по прошествии иногда десятилетия «вечный студент»

наконец выбрасывает белый флаг, он остаётся не только без высшего, но и вообще без профессионального образования, совершенно не приспособленный к жизни, дезинтегрированный и дезадаптированный. Он не может функционировать на том социальном уровне, на котором ему хотелось бы, но он не может уже функционировать и на том уровне, который вполне соответствует его личностным потенциям. Время упущено, поскольку период от 16 до 25 лет в плане получения профессионального образования является в какой-то мере сенситивным периодом. Личностный онтогенез не имеет обратного хода, равно как и индивидуальный онтогенез. С этого момента такой человек уже становится потенциальным клиентом психотерапевта или нарколога (не знаю, что хуже).

Подобные явления можно наблюдать в семьях, в которых оба родителя имеют высшее образование, когда происходит безальтернативная проекция на своих детей, которые «никак не могут быть ниже своих родителей». То что дети должны иметь высшее образование, рассматривается в таких семьях как нечто само собой разумеющееся, не подлежащее обсуждению, а отсутствие высшего образования — как нечто ненормальное. Всё это усугубляется тем, что многие из таких родителей в силу социального или материального положения обладают возможностями «внедрения» своих детей в систему высшего образования в обход худо-бедно функционирующей экзаменационной системы. Не отсеявшись на вступительных экзаменах, не проверив себя на практике, и пусть болезненно, но вовремя не начав функционировать на более аутентичном социальном уровне, такие люди тратят своё драгоценное время (я уже не говорю о времени преподавателей) попусту, с каждым годом двигаясь к тому страшнейшему кризису аутентичности, из которого уже нет никакого выхода, кроме как в пьянство, ипохондрию, психосоматические заболевания и самоубийство.

Этот феномен мы наблюдаем не только при идентификационных отношениях родители — дети, но иногда и при идентификационных отношениях между супругами.

Мне в своей практике неоднократно приходилось наблюдать случаи, когда девушка с достаточно высоким личностным потенциалом, девушка, так сказать, «духовная», выделяющаяся

из окружающей среды иногда реальными, иногда завышенными запросами, своей придирчивостью и разборчивостью, истово ждущая своего принца, вместе с которым она окунётся в мир духовной гармонии и калокагатии и рука об руку пойдёт в царство правды и красоты, к 25—30 годам осознаёт, что принцев нет, а есть то, что есть. А годы уходят. Непонимание и своеобразное уважение окружающих сменяется усмешками и «сочувствием», и она «выскакивает» замуж в прямом смысле за первого встречного. И этот первый встречный очень часто — хороший, простой, работающий, добрый, заботливый нормальный парень, мечтающий о семье, жене, детях и домашнем уюте. Но не тут-то было. Эта «принцесса», не найдя себе готового «принца», начинает делать его, так сказать, «из подручных средств». Она начинает терроризировать бедного супруга тем, что он не читает Достоевского, что он не знает, кто такие Вагнер, Ницше и Рильке. Она «тычет» в него Кафкой и билетом в оперный театр, в котором несчастный последний раз был в первом классе, во время массового культпохода. Страдалец получает бесконечные упрёки, что он некультурен, необразован, глуп, примитивен и в конце концов превращается в глубоко несчастного человека, начинает пить и бить свою жену, которая, в свою очередь, поступает к нам на лечение.

Проблемам аутентичности и её нарушениям, большое внимание в своих исследованиях уделял психоаналитик и основатель гештальттерапии Фредерик Пёрлз. Это и не удивительно, если учесть, что гештальттерапия в своих теоретических и лечебных исследованиях придаёт ведущее значение целостности, нерасчленённости видения мира, себя, ситуации.

В своих трудах Пёрлз писал, что уяснение экзистенциального вопроса в значительной мере прольёт свет на предмет «суетности, противостоящей аутентичному (подлинному) существованию, возможно даже покажет путь преодоления раскола между нашей социальной и биологической сущностью. Как биологические индивидуумы, мы являемся животными, как социальные существа — мы играем роли и игры. Как животные мы убиваем, чтобы выжить, как социальные существа, мы убиваем ради славы, алчности, мщенья. Как биологические

существа мы ведем жизнь, связанную с природой и погружённую в неё, как социальные существа мы проводим жизнь «как если бы»⁸⁶. Пёрлз считает эту проблему связанной с различием и несовместимостью самоактуализации и актуализации «образа себя». Самоактуализация, или аутентичность (подлинность существования) противопоставляется им суетности.

«Нет орла, желающего стать слоном, нет слона, желающего стать орлом. Они «принимают» себя, они принимают свою «самость». Нет, они даже не принимают себя, так как это может означать возможность неприятия. Они принимают себя как что-то само собой разумеющееся, это не может подразумевать возможность дружности. Они есть то, что они есть, — пишет Пёрлз.— Люди пытаются стать тем, чем они не являются,.. имеют идеалы, которые не могут быть достигнуты, стремятся к совершенству, чтобы спастись от критики, открывая дорогу к бесконечной умственной пытке... Психосоматические симптомы, отчаяние, усталость и компульсивное поведение заменяют радость бытия»⁸⁷.

Именно в дихотомии души и тела видит Пёрлз тот глубокий раскол, который настолько укоренился в нашей культуре, что уже давно воспринимается как нечто само собой разумеющееся. Именно в этой фрагментации видит он основу конфликта, тревожащего человечество.

Нарушение аутентичности — проблема общечеловеческая и только вера в свою избранность, в то, что всё это не зря и не даром, помогает человеку терпеть тяготы существования в мире, где мы, по сути, чужие.

*

Когда древнегреческие софисты, можно сказать, впервые в истории эстетико-философской мысли поставили во главу угла человека, его поведение, его поступки и переживания, первыми сделали попытку найти красоту в человеке как самостоятельно действующем и ответственном за своё поведение субъекте, а не в его включённости и гармонии с всеобщим мировым космосом, они признали за личностью право выбора. «Человек есть мера

⁸⁶ Пёрлз Ф.С.— С. 11.

⁸⁷ Пёрлз Ф.С.— С. 15.

всех вещей», — сказал греческий софист Протагор из Абдер.

Человек стал сам отвечать за своё поведение, увеличение возможностей породило желания, желания породили притязания, притязания породили надежду, а надежда, хоть и последней, но всё же рано или поздно умирает.

Проблемы, связанные с кризисом аутентичности, существуют уже не одну тысячу лет. Одна из мировых религий — буддизм — целиком и полностью возникла из осознания необратимости и непоправимости онтогенетической динамики личностного бытия. Кризис аутентичности, пережитый в молодости Буддой, привёл к разработке путей «бегства» от череды рождений и смертей.

Молодой царевич Сиддхартха из рода Гуатама племени Шакьев, достигнув юности, решил выйти из дворца и совершить путешествие по городу в своей колеснице. В этот момент Бог-Дэва внезапно является на его пути в облике дряхлого старика.

И в тот же миг, как повествует Ашвагхоша в «Жизни Будды»⁸⁸:

*... царевич, видя старца,
Страх тревоги ощутил.*

И он спрашивает возницу, что за странный человек ковыляет вдоль дороги, что с ним случилось:

*Иль он высох вдруг от зноя?
Иль таким он был рождён?*

Преодолевая затруднение, с помощью Дэва, то есть словами Бога, возница отвечает молодому принцу:

*— Вид его иным был видом,
Пламень жизни в нём иссяк,
В изменённом — много скорби,
Мало радости живой.
Дух в нём слаб, бессильны члены,
Это знаки суть того,
Что зовём — «Преклонный возраст».
Был когда-то он дитя,
Грудью матери питался,
Резвым юношей он был,
Пять он чувствовал восторгов,
Но ушёл за годом год,*

⁸⁸ Ашвагхоша. Жизнь Будды. Калидаса. Драмы /Пер. К. Бальмонта; Введ., вступ. ст. Г. Бонгард-Левина.— М., 1990.— С. 58—60.

*Тело порчи подчинилось,
И изношен он теперь*

В ужасе царевич спрашивает своего возницу, один ли только этот человек:

*Дряхлым возрастом томим,
Или буду я таким же,
Или будут все как он?*

И возница посвящает Будду в печальную мудрость жизни:

*— О царевич, и тобою
Тот наследован удел.
Время тонко истекает,
И пока уходит час,
Лик меняется,— измене
Невозможно помешать.
Что приходит несомненно,
То должно к тебе прийти,
Юность в старость облачая,
Общий примешь ты удел.
Бодгисаттва...
Слыша верные слова,
Так сражён был, что внезапно
Каждый волос дыбом встал...
«Что за радость, — так он думал, —
Могут люди извлекать
Из восторгов, что увянут,
Знаки ржавчины приняв?
Как возможно наслаждаться
Тем, что нынче силен, юн,
Но изменишься так быстро
И, исчахнув, будешь стар?
Видя это, как возможно
Не желать — бежать, уйти?»*

В этих словах — осознание онтогенетического кризиса аутентичности, связанного с тем, что биологическое развитие, достигая пика, необратимо переходит в процесс старения и личность, осознавая свою биологическую привязанность к смертному организму, не желает мириться с общим уделом всего живого и ищет путей освобождения.

Возможно ли созерцать старость, болезнь и с ними смерть и при этом жить, смеяться и шутить с «мёртвой петлею на шее?»⁸⁹

⁸⁹ Там же.—С. 66.

— вопрошает Будда

Вся экзистенциальная философия, по большому счёту,— ответ на этот вопрос. Не случайно Альбер Камю писал, что есть лишь одна по-настоящему серьёзная философская проблема — проблема самоубийства. «Решить, стоит или не стоит жизнь того, чтобы её прожить,— значит ответить на фундаментальный вопрос философии... Бывает, что привычные декорации рушатся. Подъём, трамвай, четыре часа в конторе или на заводе, обед, трамвай, четыре часа работы, ужин, сон; понедельник, вторник, среда, четверг, пятница, суббота, всё в том же ритме — вот путь, по которому легко идти день за днём. Но однажды встаёт вопрос: зачем?.. В немногие часы ясности ума механические действия людей, их лишённая смысла пантомима явственны во всей своей тупости»⁹⁰.

Что же делать?

Ответ прост: ничего не делать. Поскольку решение проблемы экзистенциального кризиса кроется в самой постановке проблемы. Ведь по тому «механическому» пути, который описывает Камю, Франкл, Фромм и другие представители экзистенциальной философии и гуманистической психологии «идти легко»! И по этому пути легко идёт большинство людей — и для них проблемы экзистенциального кризиса или ноогенного вакуума просто не существует, если только искусственно не пытаться заставить их осознать, что их нормальная жизнь (как её ни обзови — «механическая», «бессмысленная», «винтиковая») — это неправильная жизнь. Достаточно поставить перед человеком вопрос «зачем?», чтобы надолго лишить его радости непосредственного аутентичного существования.

Поэтому, в свою очередь, мне бы хотелось поставить вопрос: «зачем?». Зачем пытаться показать человеку, зачем пытаться довести до сознания человека, что его жизнь бессмысленна, что она абсурдна, что удел человеческий и всё его существование, как писал Хайдеггер, ничтожно. Для человека, живущего в суетном мире и в его развлечениях, забота выступает как краткий миг страха. Но дайте этому страху дойти до сознания, дайте ему разрастись, взлелейте и удобрите его — и он станет тревогой.

⁹⁰ Камю А. Миф о сизифе // Бунтующий человек. Философия. Политика. Искусство / Пер. с фр.— М., 1990.— С. 24—29.

Как только банальный ум предастся созерцанию смерти, тревога перерастёт в ужас.

Что же дальше? Начинать проводить логотерапию, искать утраченный смысл? Может быть, всё же лучше психопрофилактика? Может быть, лучше не давать человеку возможности осознать бессмысленность собственного существования, чтобы затем не призывать его существовать на грани абсурда, получая сомнительное удовольствие от жизни на краю бездны? Поскольку сама проблема возникает только в момент осознания, может быть, и не стоит осознавать?

Один из основателей гештальт-психологии Коффка рассказывает одну старинную шведскую легенду о путнике, заблудившемся в снегах: «Вьюжным зимним вечером, после многих часов блужданий по продуваемой ветром равнине, все тропки и вешки которой оказались покрыты плотным слоем снега, всадник увидел освещённые окна фермы и, радуясь возможности обрести наконец кров над головой, направился к ней. Хозяин, встретивший его на пороге, с удивлением спросил незнакомца, откуда он прибыл. Путник указал вдаль, по направлению прямо от фермы, после чего фермер с ужасом и изумлением в голосе произнёс: «Да знаете ли вы, что пересекли сейчас озеро Констанция?» Услышав это, путник замертво упал к его ногам»⁹¹.

Не уподобляемся ли мы иногда тому самому фермеру, когда пытаемся довести до сознания нормального человека, живущего своей аутентичной жизнью (пусть механической, пусть примитивной), чуждую ему проблему смысла, от которой он всеми силами и средствами бежит и прячется — и прячется вполне успешно до тех пор, пока мы не поймаем его и не поставим лицом к лицу с иррациональностью, бесчеловечностью и бессмысленностью мира.

Шопенгауэр довольно точно обозначил эту проблему, написав, что «абсолютно недостижимое не порождает страданий, если только оно не подаёт надежды. Всякое счастье основано на отношении между нашими притязаниями и тем, чего мы достигаем»⁹². Это не только совершенно верное обозначение

⁹¹ Цит. по: Дорфман Л.Я. Метаиндивидуальный мир.— М., 1993.— С. 181.

⁹² Шопенгауэр А. Мир как воля и представление //Собр. соч.— Т. 1.— С. 53

проблемы, но и единственно верный совет, с помощью которого можно избавиться от всех психологических страданий, связанных с кризисом аутентичности. «Распознав, в чём наша сила и наша слабость, мы будем стремиться к всестороннему использованию и развитию своих очевидных природных задатков и будем всегда направлять туда, где они пригодны и ценны, — но решительно и, преодолевая себя, будем избегать таких стремлений, для которых у нас от природы мало задатков, и поостережёмся пробовать то, что не удастся нам. Только тот, кто этого достиг, будет всегда и с полным сознанием оставаться всецело самим собою (т.е. аутентичным — прим. наше.— Ю.В.) и никогда не попадет впросак из-за самого себя, так как он всегда знает, чего может ждать от себя. На его долю часто будет выпадать радость чувствовать свои силы, и редко он испытает боль от напоминания о собственной слабости, то есть унижения, которое, вероятно, причиняет величайшие душевные страдания; поэтому гораздо легче вынести сознание своей неудачливости, чем своей неумелости»⁹³. Ещё более простой формуле Зенона — более двух тысяч лет: для достижения высшего блага, то есть счастья и душевного покоя, надо жить согласно с самим собой.

Непонимание онтогенетических механизмов личностного функционирования приводит не только к тому, что родители очень часто искусственно пытаются «поднять планку» для своего ребёнка, заставляя его многие годы пытаться достигнуть того рубежа, который они ему установили, но и опытные психотерапевты рекомендуют с целью *профилактики* неврозов говорить ребёнку: «Ты можешь стать трудолюбивым; ты можешь заниматься, можешь заставить себя работать, можешь вырасти полезным членом общества. Ты можешь всего достигнуть, если захочешь»⁹⁴. Последняя фраза, если она на самом деле будет усвоена ребёнком, прямым путём приведёт его к неврозу.

Попытки интенсифицировать усилия по достижению тех или иных нереальных жизненных целей приводят только к ухудшению функционирования индивидуально-личностной системы. Бесплодная борьба приводит к отчаянию. Смысл жизни, каким он привычно виделся, с каждым днём удаляется всё далее

⁹³ Там же.—С. 57.

⁹⁴ Свядощ А.М. Неврозы.— М., 1982.— С. 342.

и далее. Человек начинает терять смысл жизни. Он перестаёт получать удовольствие от жизни. Витальная активность парализуется. Возникает знаменитый экзистенциальный вакуум, блестяще описанный Франклом. И самое страшное, если он осознаётся. Потому что именно в этой ситуации возникают мысли о самоубийстве.

Нарушение нормального течения витальной активности в процессе онтогенеза с помощью попыток её стимуляции приводит к обратному эффекту — усилению авитальной активности. Самоубийство и злоупотребление психоактивными веществами — одни из самых распространённых способов разрешения кризиса аутентичности. Самые трагичные способы. Самые безнадёжные.

Франкл пишет, что самоубийства у американских студентов среди причин смертности занимают второе место по частоте после дорожно-транспортных происшествий. При этом число попыток самоубийства — в 15 раз больше. Из 60 студентов Университета штата Айдахо, совершивших попытку самоубийства, якобы 85% не видели больше в своей жизни никакого смысла и при этом 93% из них были физически и психически здоровы, жили в хороших материальных условиях и в полном согласии со своей семьёй, активно участвовали в общественной жизни и имели все основания быть довольными своими академическими успехами. Во всяком случае, о неудовлетворённых потребностях не могло быть и речи.

Франкл задаёт себе вопрос, каковы условия, делающие возможной попытку самоубийства, что должно быть встроено в «condition humane» (природу человека), чтобы когда-нибудь привести человека к такому поступку, как попытка самоубийства, несмотря на удовлетворение повседневных потребностей. По его мнению, представить это можно лишь в том случае, если человек добивается того, чтобы найти в своей жизни смысл и осуществить его⁹⁵.

С моей точки зрения, как раз наоборот, это есть свидетельство «нестремления» к смыслу, это есть свидетельство ужаса перед смыслом, ибо человек может существовать лишь в бессмысленной жизни. Из этих студентов 99% вполне

⁹⁵ Франкл В. Человек в поисках смысла: Сб. — М., 1990. — С. 27

удовлетворились бы хорошей зарплатой, домом, престижной женой, послушными детьми и кружкой пива в вечернем баре, а они попали в среду, где господствовал чуждый им смысл жизни, заключающийся в стремлении к получению знаний, образования, интеллектуальной деятельности. И этот смысл, которого они не могли принять, и тот смысл, который они потеряли, создал для них типичный кризис аутентичности с суицидальной активностью. На фоне остановки онтогенетического личностного роста они особенно болезненно пережили кризис аутентичности, потому что, во-первых — находились в стенах университета, где количество индивидуумов с отсроченной остановкой развития (креативных личностей) намного больше, чем в общей популяции, и, во-вторых — будучи в состоянии удовлетворить все свои материальные запросы. Необходимость бороться за своё материальное существование отвлекает необходимую энергию, и у человека не остаётся возможности задуматься о бессмысленности собственного существования, так как мысли о хлебе насущном полностью вытесняют те вопросы, которые неминуемо возникают перед человеком, не лишённым способности самосознания, который подходит к пику своего онтогенетического существования и начинает чувствовать, что далее начинается период личностной инволюции и регресса.

Подозревать у человека постоянное стремление к поиску смысла жизни — то же самое, что думать, будто человек, катающийся на американских горках, вместо того, чтобы получать удовольствие, постоянно думает, зачем он это делает. Нормальный человек редко задумывается о смысле своего существования.

Именно в период кризиса аутентичности возникает часто вопрос и сомнения о смысле, и следует признать всё это крайне опасным в суицидогенном плане. Опасным в том смысле, что именно в эти моменты человек может ощутить бессмысленность собственного существования особенно остро и этой осознанной фрустрации может оказаться вполне достаточно не только для эмоционально-когнитивной психической деятельности, но и для поведенческого акта.

Хотя Франкл и писал, что «люди не являются предметами, подобно столам или стульям, и, если они обнаруживают, что их

жизнь редуцируется к простейшему существованию столов или стульев, они совершают самоубийство»⁹⁶. Хотя Фромм и считал, что «человек не может существовать как простой «предмет», как игральная кость, выскакивающая из стакана, он сильно страдает, если его низводят до уровня автоматического устройства, способного лишь к приёму пищи и размножению, даже если при этом ему гарантируется высшая степень безопасности»⁹⁷. К сожалению, приходится признать, что Франкл и Фромм в своих утверждениях выдают желаемое за действительное. Люди в своей жизни (уж мы-то знаем) являются не только столами и стульями, игральными костями и автоматическими устройствами, но и половыми тряпками, о которые вытирают ноги, и пушечным мясом, которое считают тысячами. И, если мы хотим, чтобы люди не совершали самоубийства, необходимо, чтобы они ни в коем случае не обнаружили бессмысленность собственного существования. Лишь не осознавая смысл жизни, мы можем вести радостную и счастливую жизнь. Ребёнок не осознаёт смысла жизни, малоумный не осознаёт смысла жизни, человек, занятый делом, не осознаёт смысла жизни — и они счастливы. Счастлив тот, кто умеет наслаждаться каждой данной минутой, не увязывая её с каким-либо вне удовольствия данной минуты лежащим смыслом. Если бы это было не так, то тогда неминуемо каждая минута жизни воспринималась бы как минута, приближающая к смерти. Поиск смысла жизни ведёт к самоубийству или к вере. Ибо ясно, что, исходя из самого себя, существование человека на Земле бессмысленно. Вера же ведёт человека опять или к самоубийству, или к крайнему неприятию земной жизни и различным формам замаскированного самоубийства тела, духа либо и того и другого вместе взятых.

Франкл со своей логотерапией, утверждая присущее человеку «стремление к смыслу», прав, с одной стороны. «Кто ещё станет сомневаться в существовании стремления к смыслу (подчеркнём: не больше и не меньше, чем специфической для человека мотивации), взяв в руки доклад американского Совета по вопросам образования?». В нём приведены данные опроса почти двухсот тысяч студентов в 360 университетах. Главный

⁹⁶ Там же. — С. 27.

⁹⁷ Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности /Пер. с англ. — М., 1994. — С. 216

интерес у большинства опрошенных выражался в цели «прийти к мировоззрению, которое сделало бы жизнь осмысленной»⁹⁸. В докладе Национального института психического здоровья из почти восьми тысяч студентов в 48 вузах наибольшее число также выразили желание «найти в своей жизни смысл».

Согласимся, что стремление к смыслу есть, и приведённые данные как раз подтверждают мысль, что это стремление усиливается в момент кризиса аутентичности.

Но! Есть очень неприятный для Франкла и его последователей момент — есть большие сомнения в том, что смысл этот есть. Я повторю ещё раз: есть большие сомнения (я не имею в виду только себя лично), что у жизни и в жизни есть смысл. Вполне может быть, что его нет. Поэтому вопрос о смысле жизни — вопрос нехороший, и чем реже он будет возникать, тем счастливее будет жизнь конкретного человека и жизнь всех людей.

Эйнштейн однажды заметил, что тот, кто ощущает свою жизнь лишённой смысла, не только несчастлив, но и вряд ли жизнеспособен, а Фрейд писал в одном из своих писем: «когда человек задаёт вопрос о смысле и ценности жизни, он нездоров, поскольку ни того, ни другого объективно не существует; ручаться можно лишь за то, что у человека есть запас неудовлетворённого либидо». Хорошо сказано и нужно ли ещё об этом. Честное слово, двум евреям, учитывая историю этого народа, можно верить в вопросе о смысле жизни.

Поэтому знаменитый тезис Франкла о том, что «смысл должен быть найден, но не может быть создан», следует признать неверным и опасным. Смысл жизни нужно не искать, а получать. И чем больше государство будет заботиться об этом вопросе, тем счастливее будет жизнь его граждан и тем меньше самоубийств будет среди их числа. Именно этим я объясняю себе большое количество самоубийств во многих развитых странах, где часто есть материальное благополучие, но иногда теряется смысл, и незначительное количество самоубийств в малоразвитых странах, где часто нет благополучия, зато меньше времени и возможностей задумываться о смысле.

⁹⁸ Франкл В. Указ. соч.— С. 28.

Поиск же смысла жизни всегда рано или поздно приводит человека к двум формам самоубийства: это самоубийство либо в прямом смысле этого слова, когда человек, подобно Кириллову в «Бесах» Достоевского плюёт в лицо Богу, либо вторая, более широко распространенная форма личностного самоубийства — Вера.

Часть 2

Глава 1

Суицидальная активность

*

Способность человека самостоятельно прекращать собственное существование (самоубийство) привлекает к себе внимание исследователей уже не одно столетие. Но лишь в начале XX века на стыке таких дисциплин, как медицина, психология, социология, правоведение сформировалась самостоятельная наука суицидология.

Буквальный перевод «suicaede» — убийство себя. Это понятие предполагает соединение значений, которые отграничивают его от естественной смерти и убийства другого. Самоубийство — неестественная, насильственная смерть.

Простота понятия «самоубийство» не более чем обычная иллюзия повседневного мышления. Не хотелось бы, чтобы всё это звучало голословно, поэтому предлагаю открыть одно из первых русскоязычных руководств по психиатрии⁹⁹, в котором отдельной главой выделены «клинические аспекты суицидологии» и, следовательно, суицидология признаётся и рассматривается как самостоятельная наука¹⁰⁰. Обратим внимание: любая глава в этой монографии, какой бы сложной

⁹⁹ Клиническая психиатрия /Под ред. проф. Н. Е. Бачерикова. — Киев, 1989. — С. 456.

¹⁰⁰ В России понятия «сюицид», «сюисидолог», «сюисидология» появились в научной и общественной литературе ещё в конце XIX — начале XX веков. В зарубежной литературе термин «суицидология» появился по данным E. Shneidman впервые в 1929 году (Кузнецов В. Е., 1986).

проблеме она ни была посвящена, открывается определением предмета. «Шизофрения — это...», «олигофрения является аномалией развития личности и характеризуется...», психопатии определены в МКБ 9-го пересмотра как «стойкие...» и так далее. Раздел «Клинические аспекты суицидологии» начинается со слов: «Феномен самоубийства известен с давних времён...», а единственно цитируемое определение самоубийства принадлежит древнегреческому мыслителю Плинию, называвшему самоубийство «величайшей милостью, которая дана человеку».

Нет определения самоубийства и ни в одном крупном руководстве по клинической психиатрии, изданном в нашей стране за последние десять лет. Это не может быть случайностью. Феномен самоубийства есть, и он на самом деле известен с самых давних времён (как бы глубоко мы ни заглядывали в историю человечества, мы везде и всегда сталкиваемся с феноменом самоубийства), но чёткого определения самоубийства до сих пор нет.

Эмиль Дюркгейм (чьей несомненной заслугой является то, что он одним из первых рассмотрел самоубийство не как этнический или клинический феномен, не как экзотическую диковинку или симптом душевного расстройства, а как феномен социальный — феномен обществом порождаемый, в обществе существующий и с обществом связанный) даёт в то же время и одно из самых сложных определений самоубийства. Дюркгейм относил к самоубийству *«каждый смертный случай, который непосредственно или опосредованно является результатом положительного или отрицательного поступка, совершённого самим пострадавшим, если этот последний знал об ожидавших его результатах»*¹⁰¹. При этом темой своего одноимённого социологического этюда Дюркгейм выбрал самоубийство именно потому, что оно, как ему казалось, «принадлежит к числу явлений, наиболее легко определяемых».

В принципе, если ограничить область интересов суицидологии только законченными суицидами, как это и делалось в начале XX века, или только законченными суицидами и суицидальными попытками, как это было принято в 50—60 гг.

¹⁰¹ Дюркгейм Э. Самоубийство. — СПб., 1998. — С. 26.

XX века, проблема многообразия форм суицидальной активности снимается сама собой, но цена такого упрощения слишком велика, чтобы мы могли согласиться на это.

Важной тенденцией суицидологии конца XX века, без сомнения, является расширение поля исследований, и концепция авитальной активности является закономерным следствием данной тенденции. Если Хальбвакс в 1930 г. ещё считал, что область исследований суицидологии должна ограничиваться только завершёнными суицидами, то уже во второй половине XX века ведущие суицидологи однозначно высказали точку зрения, что поле суицидологических исследований должно охватывать и законченные суициды и суицидальные попытки.

Суицидология достаточно быстро преодолела ограничения социологического подхода (Дюркгейм, рассматривая самоубийство как чисто социологический феномен, не считал целесообразным даже исследование индивидуальных случаев и мотивов самоубийств). Расширение исследований, особенно за счёт психологических и патопсихологических подходов, закономерно привело к расширению и поля исследований.

Основные направления, с которыми связано расширение суицидологических исследований второй половины XX века, ведут к феноменам макро- и микросоциума, личности, поведения. Именно с расширением сферы суицидологических исследований Амбрумова связывает введение в 1947 году Деше принципиально важного понятия «суицидальное поведение». Она же подчёркивает, что изучение суицидального поведения нельзя сводить только к изучению законченных суицидов и суицидальных попыток, необходимо изучать всё многообразие этого феномена и рассматривать отдельно различные виды и типы суицидального поведения.

Расширение границ суицидологии и введение понятия суицидального поведения связано с актуальностью разработки превентивных мероприятий. Постепенно суицидальное поведение стало получать всё большее наполнение. Например, Тихоненко под собственно суицидальным поведением понимает любые внутренние и внешние формы психических актов, направляемых представлением о лишении себя жизни¹⁰². Шир

¹⁰² Тихоненко В.А. Классификация суицидальных проявлений //Актуальные проблемы

признаёт «суицидальное поведение» как наиболее адекватный термин для определения всех сторон отношения индивида (мыслей, эмоций, словесных высказываний, действий) к возможной смерти в результате собственных действий¹⁰³. На различные и особенно ранние формы суицидального поведения обращал внимание более ста лет тому назад известный русский психиатр Сикорский, подчёркивая, что суицидальное поведение особенно обратимо на ранних этапах формирования.

Однако по сложившейся традиции в психологии под поведением понимаются только внешние проявления психической деятельности. Поэтому, в строгом смысле, понятие «суицидальное поведение» может обозначать лишь внешнюю суицидальную активность (суицидальные высказывания, угрозы, приготовления, попытки и завершённые суициды), оставляя за скобками внутреннюю психическую суицидальную активность, которая, вне всякого сомнения, также должна входить в сферу интересов суицидологии. Полдинжер более правильно обозначает такой «интеграл всех душевных сил и функций, имеющих отношение к суицидальному действию» как «суицидальность».

Суицидальное поведение как разновидность взаимодействия человека с окружающей средой, исходя из определения, есть результирующая внутренней (психической) и внешней (поведенческой) активности. Поэтому я считаю более целесообразным использовать понятие «*суицидальная активность*». С одной стороны, активность всегда выступает в соотношении с деятельностью и, с другой стороны, её важной характеристикой является обусловленность производимых действий внутренним состоянием субъекта. Понятие суицидальной активности по своему прямому смыслу включает в себя внутренние эмоционально-когнитивные процессы и внешнюю поведенческую активность, связанные с намерением прекратить собственную биологическую жизнь.

Дальнейший ход исследований настолько расширил сферу

суицидологии. — М., 1978. — С. 59—73.

¹⁰³ Шир Е. Суицидальное поведение у подростков // Журн. невропатол. и психиатрии им. Корсакова. — 1984. — № 10. — С. 1556—1560.

суицидологии, что буквальная трактовка термина «суицид» (убийство себя) перестала вмещать весь спектр изучаемых явлений. Во-первых, как выяснилось, суицидальная модель поведения может использоваться в самых различных, не связанных непосредственно с «убийством себя» целях. Во-вторых, выяснилось, что многие фактически «самоубийственные» модели поведения не являются осознанными. В-третьих, изучены многочисленные модели поведения, сутью которых является причинение себе вреда, но не смерти.

Всё это привело к появлению в суицидологии таких понятий, как «парасуицид», «хронический суицид», «протрагированный (продлённый) суицид», «органический суицид», «локальный суицид», «аутодеструктивное (саморазрушающее, деструктивное) поведение», «аутоагрессивное поведение» и др. В этой связи, например, в 80-х годах один из ведущих американских суицидологических центров в Лос-Анджелесе был преобразован в институт по изучению аутодеструктивного поведения.

Не вдаваясь подробно в терминологические споры (многие авторы считают, что агрессия не может, исходя из определения, быть направлена на себя; совершенно различное смысловое наполнение имеет термин «парасуицид»), я предлагаю рассматривать суицидальную активность наряду с другими формами саморазрушающего поведения в рамках авитальной активности, понимая под авитальной активностью *психическую и поведенческую активность, направленную на снижение и (или) прекращение собственного социального и биологического функционирования*.

Суицидальная активность и суицидальное поведение, направленные на прекращение биологической жизни, являются лишь одними из возможных форм авитальной активности. Точно также проявлением авитальной активности является и аддиктивное поведение, ведущее к нарушению социального и биологического функционирования индивида.

Авитальная активность противоположна витальной активности — направленной на создание и поддержание оптимальных условий для физиологического, психологического и социального функционирования индивида.

Витальная активность, как мы помним, — это закономерный

процесс самоструктурирования материи в ходе онтогенеза и филогенеза. Мы наблюдаем витальную активность как со стороны индивида, так и со стороны вида. Индивид имеет специфические реакции, обеспечивающие процесс индивидуального развития и воспроизведения себе подобных, так же и вид имеет специфические реакции, обеспечивающие процесс выживания вида в целом.

Чем более сложную структуру имеет биологический индивид, тем более сложные реакции и модели поведения он может использовать для самосохранения и воспроизводства себе подобных. Существует, казалось бы, гигантское различие между витальной активностью хрестоматийной инфузории-туфельки (уплывающей в капле воды от кристалла соли и обменивающейся протоплазматическим веществом с другой инфузорией для последующего деления) и витальной активностью человека, способного функционировать даже в условиях открытого космоса и который может с помощью замороженной спермы искусственно оплодотворить яйцеклетку и вырастить её, пересадив в матку. Но на самом деле, несмотря на всё большее и большее усложнение этих моделей поведения, в своей конечной цели они остаются все теми же: сохранение индивида и продолжение рода.

Злоупотребление психоактивными веществами и суицидальная активность относятся, несомненно, к тем моделям поведения, которые препятствуют или полностью прекращают как существование индивида, так и продолжение рода.

Чем дальше продвигаются учёные в изучении глубинных корней этих, таких внешне различных проявлений человеческой активности, тем больше у них укрепляется убеждённость в том, что в их основе лежит некий общий принцип, свойственный, возможно, всему живому, но лишь у человека впервые проявляющийся настолько ясно и чётко, что возникает предположение о заложенном в основе всего живого влечении к смерти.

*

На сегодняшний день к проявлениям авитальной активности

я могу отнести четыре группы феноменов, наблюдаемых в психологической и психопатологической практике:

1. Пресуицидальная активность

- *экспектинг (синдром ожидания);*
- *астенические состояния и усталость от жизни;*
- *нежелание жить;*
- *желание умереть.*

2. Суицидальная активность

- *суицидальные мысли;*
- *суицидальные тенденции;*
- *суицидальная готовность;*
- *суицидальные попытки;*
- *завершённый суицид.*

3. Парасуицидальная активность

- *аскетическая активность;*
- *пренебрежение здоровьем и отказ от лечения;*
- *самоповреждения;*
- *рискованное поведение;*
- *аддитивное (субстанционное) поведение;*
- *антисоциальное поведение.*

4. Десоциальная активность

- *снижение социальной активности (уединение и уход в монастырь, обет молчания, нежелание иметь семью и детей и т.п.);*
- *аддитивное (несубстанционное) поведение.*

Каждая из вышеперечисленных форм авитальной активности имеет свои особенности.

Пресуицидальная активность отражает постепенное начало процесса преобладания внутренних авитальных тенденций над витальными: от синдромов ожидания и хронической усталости, или, как говорили древние римляне — «*taedium vitae*» (усталость от жизни), до осознанного нежелания жить, но без осознанного стремления прекратить собственное биологическое и социальное функционирование.

Суицидальная активность предполагает осознанное стремление прекратить собственное биологическое функционирование.

Парасуицидальная активность предполагает осознанное

стремление ограничить, снизить, нарушить или поставить под угрозу собственное *биологическое* функционирование и *неосознанное* стремление прекратить собственное *биологическое* функционирование.

Десоциальная активность предполагает *осознанное* стремление ограничить собственное *социальное* и *психологическое* функционирование и *неосознанное* стремление прекратить собственное *биологическое* функционирование.

Ключевые понятия, разграничивающие различные проявления авитальной активности: социальное — биологическое; осознанное — неосознанное; ограничить — прекратить.

*

К пресуицидальной активности относятся: *синдром ожидания, астенические состояния и усталость от жизни, осознанное отсутствие интереса к жизни, осознанное желание умереть.*

Пресуицидальный период — это отрезок времени, в течение которого начинающие преобладать авитальные тенденции не достигают ещё границ сознания и, следовательно, не осознаются самим человеком как таковые.

Синдром ожидания (экспектинг) — самая ранняя из известных мне на сегодняшний день форм авитальной активности. *Экспектинг* проявляется в том, что существование «здесь и сейчас» человека не радует, но он живёт надеждой на будущее — «сейчас плохо, но потом будет хорошо, поэтому *сейчас* нужно не прожить, а пережить», человек мечтает «убить сейчас», «убить время», чтобы скорее наступило завтра.

Это патологическое по своей сути состояние только напоминает нормальное ожидание, знакомое любому человеку, например когда мы на поезде возвращаемся из длительной командировки и готовимся к встрече с родным городом, домом и близкими. В такие моменты особенно замечаешь, как медленно тянется время, как каждый час растягивается до невозможности, как крайне трудно занять себя чем-либо и отвлечь, чтобы время шло быстрее.

Феномен ожидания проявляется в осознанном желании быстрее прожить определённый отрезок текущего времени,

иногда даже при отсутствии осознанной фрустрирующей ситуации («скорее бы лето», «скорее бы выходные дни», «скорее бы окончить школу», «скорее бы выйти замуж, уйти из семьи»), что можно трактовать как желание побыстрее прожить свою жизнь. Когда неудовлетворённость осознана, наличие этого феномена постепенно складывается в синдром, основным движущим механизмом которого является надежда на ослабление фрустрации через какой-то промежуток времени, а само ожидание какого-либо события в этом промежутке времени становится тягостным. Жизнь сама по себе в данный момент глубоко не удовлетворяет человека, но при этом он не видит никакой возможности как-либо повлиять на течение событий. Единственное, что ему остаётся,— это ждать, когда что-то в его жизни произойдёт само собой (приедет принц на белом коне, появится лёгкая работа с большим заработком).

Суть синдрома ожидания заключается в том, что сформированная потребность при невозможности (в силу каких-либо причин) преобразоваться в поведение, направленное на её удовлетворение, создаёт «застойный очаг» негативных эмоций, подавить или вытеснить которые полностью не удаётся. Такие негативные эмоции в ряде случаев могут дезорганизовать практически всю деятельность человека. Психическая активность как бы замирает в ожидании благоприятных внешних условий. В поведении вместо действия формируется реакция ожидания, что действие свершится само.

Человек постепенно приходит к пониманию того, что жизнь «творится» собственными усилиями — и детским ожиданиям приходит конец. Одаривать его никто в жизни не собирается. В то же время формируется понятие о конечности существования, когда не узнаёшь, а *понимаешь*, что жизнь имеет конец и можно не успеть. В итоге ломки мировосприятия, когда привычное детское «ожидание праздника» разрушается, начинается поиск замены ему. В частности, подросток должен найти замену в «ощущении праздника» от какой-либо деятельности, которая будет целиком и полностью зависеть от его собственных способностей и умений (принадлежать ему).

При этом подросток, больше ожидающий каких-либо событий, чем участвующий в их создании или постигающий

неудачи и неудовлетворенный своей деятельностью, имеет гораздо больше шансов начать использовать патологические модели защитного поведения. К суицидальному поведению подростка может привести глубокое разочарование в собственных способностях чего-либо добиться самому и потеря надежды, что ситуация может каким-либо образом измениться в лучшую сторону сама по себе.

Как речка, вышедшая из берегов родительского контроля и обретшая долгожданную свободу, подросток нередко теряется: куда разместить себя всего, когда это пространство, оказывается, не так доброжелательно? Надежды на то, что всё само собой изменится в лучшую сторону, как только «окончу школу», «поступлю в институт», «выйду замуж», как правило, не соответствуют реальности. Именно этот хорошо известный факт даёт мне основание рассматривать синдром ожидания как одну из самых ранних форм пресуицидального поведения¹⁰⁴. В отличие от осознанного отсутствия интереса к жизни при синдроме ожидания нет отсутствия интереса к жизни *вообще*. Жизнь не интересна такой, какая она есть в данный момент. При этом сохраняется надежда, что в будущем что-то может измениться к лучшему, и эти изменения связываются с чисто внешними обстоятельствами, не зависящими от самого человека. Надежда — очень хрупкий феномен, и часто не она умирает последней — последним умирает человек, в котором она умерла.

Далее следуют *астенические состояния и усталость от жизни* — это период, когда *жизнь в целом начинает утомлять*. Подобные состояния часто сочетаются у подростков со злоупотреблением психоактивными веществами. Более того, злоупотребление алкоголем или наркотиками очень часто прикрывает и, возможно, своеобразным образом временно «лечит» подобные астенические состояния. Врачи, занимающиеся проблемами подросткового аддиктивного поведения, хорошо знают, что непосредственно после прекращения приёма психоактивных веществ у подростков возникает тяжёлое астено-апатическое состояние, которое часто служит причиной возвращения к приёму психоактивных веществ

¹⁰⁴ В изучении феномена экспектинга неоценимую помощь мне оказала М. Г. Тихонова — врач-психиатр с удивительными дискриминационными способностями.

или проявляется в суицидальной активности. Подростки заявляют, что без приёма психоактивных веществ жизнь лишается для них смысла, они говорят, что у них *есть желание, но нет сил жить*.

На сегодняшний день подобные состояния описываются в рамках *амотивационного синдрома* и рассматриваются как последствия злоупотребления психоактивными веществами, но вполне возможно, что сам факт начала злоупотребления психоактивными веществами есть следствие первичной усталости от жизни.

Вполне возможно, что подобное состояние описывается многими специалистами в рамках «синдрома хронической усталости». Иногда его расценивают как обычную лень, про которую Ларошфуко писал, что «леность — это самая безотчётная из всех наших страстей. Хотя могущество её неощутимо, а ущерб, наносимый ею, глубоко скрыт от наших глаз, нет страсти более пылкой и зловредной. Если мы внимательно присмотримся к её влиянию, то убедимся, что она неизменно ухитряется завладеть всеми нашими чувствами, желаниями и наслаждениями: она — как рыба-прилипала, останавливающая огромные суда, как мёртвый штиль, более опасный для важнейших наших дел, чем любые рифы и штормы. В ленивом покое душа черпает тайную усладу, ради которой мы тут же забываем о самых горячих наших упованиях и самых твёрдых намерениях. Наконец, чтобы дать истинное представление об этой страсти, добавим, что лень — это такой сладостный мир души, который утешает её во всех утратах и заменяет все блага»¹⁰⁵.

Но лучше всего суть усталости от жизни описала мне одна из пациенток, которая рассказала, что она уже много лет живёт так, как будто «отмечается, для галочки: вышла замуж, родила детей, вырастила, вышла на пенсию», а всё это время где-то на заднем плане с каким-то облегчением отмечается: «все меньше и меньше осталось», до «конца» уже совсем недалеко, «и хорошо от этого».

Нежелание жить — состояние, которое можно диагностировать, когда жизнь не радует сейчас и нет надежды, что что-то может измениться к лучшему в будущем. Не хочется

105 Ларошфуко Ф. Мемуары. Максимумы. — Л., 1971. — С. 202—203.

просыпаться по утрам. Вечер и ночь приносят облегчение, как конец ещё одного прожитого дня. В англоязычной литературе для обозначения этого состояния используется оборот «*feel that life was not worth living*» — «чувство, что жизнь не стоит того, чтобы жить».

Одна из моих пациенток самостоятельно обратилась за помощью и даже согласилась на стационарное лечение, после того как стала испытывать стойкое нежелание просыпаться по утрам. У неё не было никаких других более глубоких пресуицидальных и суицидальных проявлений, но, будучи женщиной интеллектуально утонченной, она каким-то образом почувствовала, что за этим «нежеланием» скрывается нечто гораздо большее, чем простая усталость, нечто реально угрожающее её жизни.

Подобные состояния возникают достаточно часто у подростков и людей, попавших в тяжёлые жизненные обстоятельства. Насколько это опасно для душевного и физического здоровья хорошо известно и психологам и врачам. Больной, потерявший надежду на выздоровление, практически обречён. Человек, утративший веру в будущее, может реально погибнуть из-за полного упадка душевных и физических сил от любого инфекционного заболевания.

Один из ведущих специалистов в области суицидологии Бэк специально подчёркивал, что у депрессивных пациентов, госпитализированных в связи с суицидальными тенденциями, *фактор безнадёжности* является лучшим критерием серьёзности суицидальных намерений.

Всемирно известный специалист по вопросам психологии личности и психотерапии Виктор Франкл, переживший нацистский концлагерь, вспоминает, что направление человека на какую-нибудь цель в будущем было единственным способом предотвратить самоубийство в лагере. «Тот же, кто уже не мог больше верить в будущее, в своё будущее, был потерян. Вместе с будущим он утрачивал и духовный стержень, внутренне ломался и деградировал как телесно, так и душевно»¹⁰⁶.

Пресуицидальный феномен, возникающий вслед за осознанным нежеланием жить,— осознанное *желание умереть*. Если теряется смысл и цель жизни — зачем тогда жить? В этот

¹⁰⁶ Франкл В. Человек в поисках смысла: Сб. /Пер. с англ.— М., 1990.— С. 144.

период появляются мысли о желательности смерти, мысли о том, что «хорошо бы уснуть и не проснуться», «хорошо бы случайно попасть под машину или в какую-нибудь катастрофу», «везёт же людям, которые заболевают тяжёлыми, неизлечимыми заболеваниями».

Подобные мысли и высказывания эпизодически могут возникать практически у любого человека. Они мимолётны, не занимают всю сферу психической активности и не представляют большой опасности, так как мощная противосуицидальная мотивация в большинстве случаев не допускает возможности сознательного логического завершения этих мыслей: зачем собственно ждать счастливого случая, если все в моих руках, если можно самому ускорить события.

Такие мысли и фантазии мы можем наблюдать в любом возрасте. Анна Фрейд приводит пример фантазии 10-летней девочки в период её борьбы за первенство со старшими братьями и сёстрами: «Я вообще не хотела бы родиться, я хотела бы умереть. Иногда я представляю себе, что умираю и потом опять появляюсь на свет в виде животного или куклы. Если я появляюсь на свет в виде куклы, то я знаю, кому я хотела бы принадлежать: маленькой девочке, у которой раньше служила моя няня; она была очень милая и хорошая. Я хотела бы быть её куклой, и пусть бы она обращалась со мной, как вообще обращаются с куклами; я бы не обижалась на неё. Я была бы прелестным маленьким ребёнком, меня можно было бы умывать и делать со мной всё, что угодно. Девочка любила бы меня больше всех. Даже если бы она получила в подарок новую куклу, я всё равно продолжала бы оставаться её любимицей. Она никогда не любила бы другую куклу больше, чем меня»¹⁰⁷.

*

Суицидальная активность — это мыслительная и поведенческая активность, направленная на сознательное прекращение собственного биологического существования. Данную разновидность поведенческой активности изначально изучала суицидология.

¹⁰⁷ Фрейд А. Введение в технику детского психоанализа // Теория и практика детского психоанализа: В 2 т. — М., 1999. — Т. 1. — С. 78.

Начало суицидальной активности совпадает с первым появлением *суицидальных мыслей* — мыслительной активности, имеющей отношение к представлениям о возможности активного прекращения собственной жизни.

В психологическом плане важно отличать суицидальные мысли от *мыслей о суициде*. Самоубийство как возможный вариант поведенческой активности, как модель поведения встраивается в детское сознание на самых ранних этапах онтогенеза. Хотя этот процесс и требует дальнейшего изучения, можно сказать, что уже к школьному периоду большинство детей имеют общее представление о возможности самостоятельно прекратить собственное существование. Через информацию, полученную от взрослых, сверстников, книги, радио- и телепередачи¹⁰⁸, через сам язык (устойчивые обороты, метафоры) дети усваивают знания о случаях, иногда даже причинах и способах самоубийства. Моя двенадцатилетняя дочь, оценивая количество и объём домашних заданий, часто для характеристики ситуации использует выражение «застрелиться можно». Это, конечно, не суицидальные мысли, но, так или иначе, один из тех случаев, когда психика производит своеобразное тестирование: стоит ли жизнь того, чтобы жить.

*

По результатам исследования лиц с суицидальными тенденциями в настоящее время я условно выделяю семь основных *осознанных* мотивационно-когнитивных суицидальных комплексов, хотя должен подчеркнуть, что суицидальное поведение всегда является сложным результатом взаимодействия практически всей группы мотивационных комплексов с различной степенью выраженности каждого из них. При этом многие из мотивационных компонентов не осознаются самим человеком.

Альтруистические мотивы отражают желание умереть, «чтобы всем было только лучше»; желание избавить

¹⁰⁸ Я мог бы привести не один пример известных детских мультипликационных фильмов, в которых персонажи не только заявляют о своём намерении уйти из жизни, но и показывают детям, как они собираются это сделать.

окружающих от проблем, связанных с собственным существованием, никому не мешать, не быть обузой; мысли о том, что собственная смерть может что-то изменить к лучшему вокруг. Альтруистическое самоубийство как самостоятельную форму описал ещё в конце XIX века Эмиль Дюркгейм.

Есть основания предполагать, что альтруистическое самоубийство является одним из самых ранних суицидальных феноменов, существовавших в истории человечества. В примитивных сообществах, находящихся на ранних стадиях развития, существовали традиции самоубийства стариков в голодные годы ради того, чтобы пищи хватило молодым и здоровым соплеменникам. В Древнем Китае существовала традиция самоубийства одного из членов рода на месте закладки нового моста, храма, а иногда и просто дома, чтобы душа самоубийцы охраняла это место от злых сил. Широко известны случаи добровольного самопожертвования во время военных действий, катастроф и тому подобных чрезвычайных ситуаций.

Альтруистическая мотивация часто выявляется у подростков, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей. В этих случаях альтруистическая мотивация, как правило, сочетается с мотивацией самонаказания. Например, достаточно часто подобная мотивация занимает одно из ведущих мест в структуре суицидального мотивационного комплекса у подростков-наркоманов, которые осуждают себя за свою порочную склонность, невозможность остановиться и те страдания, которые они причиняют своим близким.

Альтруистическая мотивация нередко встречается у девочек-подростков при межличностных любовных конфликтах. Они утверждают, что если умрут, то избавят любимого от всех проблем, что он «немного погорюет, а затем будет счастлив с другой».

Альтруистическая мотивация суицидального поведения встречается у подростков, страдающих тяжёлыми соматическими или психическими заболеваниями, особенно при невозможности самостоятельно содержать и обслуживать себя. В этом отношении такие подростки по мотивационному комплексу суицидального поведения очень близки к пожилым людям.

Важным блокирующим фактором суицидального поведения при преобладании альтруистической мотивации является осознание подростком того чувства вины, которое будут испытывать окружающие после совершения им попытки самоубийства. Подростку просто можно предложить проиграть ситуацию: что бы испытал он сам, если бы его (или её) любимый покончил с собой, чтобы, как они сами же утверждают, «очистить дорогу к светлому будущему».

Из-за того, что для подростка и молодого человека очень важно показать и доказать собственную ценность для окружающих лиц в тех случаях, когда для этого нет других способов, иногда возникают «псевдоальтруистические» модели суицидального поведения с гипертрофированной склонностью к риску, самопожертвованию и героизму. Мнимая общественная польза от такой нелепой смерти существует только в сознании самого подростка, кроме него никому не нужна и не приносит общественной пользы, являющейся сутью и смыслом альтруистического самоубийства.

Аномические мотивы отражают потерю смысла и интереса к жизни, утрату внутренней силы для жизни, представления о том, что всё хорошее позади и впереди ничего нет.

Та жизнь, которая мысленно рисуется подростку впереди, не устраивает его по тем или иным причинам. Она не соответствует его ожиданиям — и он не видит смысла в своём дальнейшем существовании.

Аномическое самоубийство наряду с альтруистическим описано Эмилем Дюркгеймом как самостоятельная форма. «Всякое живое существо может жить, а тем более чувствовать себя счастливым только при том условии, что его потребности находят себе достаточно удовлетворения. В противном случае, то есть, если живое существо требует большего или просто иного, чем то, что находится в его распоряжении, жизнь для него неизбежно становится непрерывной цепью страданий. Стремление, не находящее себе удовлетворения неизбежно атрофируется, а так как желание жить есть по существу своему производное всех других желаний, то оно не может не ослабеть, если все прочие чувства притупляются»¹⁰⁹.

¹⁰⁹ Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд /Пер. с фр.— СПб., 1998.—

Известный русский суицидолог Г. И. Гордон также обращал особое внимание на аномические мотивационные механизмы суицидального поведения: «Где-то внутри человека как бы лопается пружина, которая заправляла всем сложным механизмом его бытия, ослабела какая-то сила, которая рождала в нём мысли и желания, заставляла его действовать, бороться и стремиться,— словом жить».

Соратник Фрейда Шандор Ференчи трактовал смерть как «символический последний предел, когда ситуация отчаяния вызвана тем, что человек оказывается не способен быть тем, кем он не может быть». Если личность попадает в эту «вилку» вероятность возникновения суицидального поведения тем больше, чем меньше проявление других форм деструктивного поведения.

Известно, что самоубийства занимают третье место среди причин смерти молодых людей в возрасте от 15 до 24 лет. На факты частых самоубийств среди подростков и молодых людей обращали внимание все суицидологи, начиная с конца XIX века. Абрамович в начале XX века писал: «Молодость часто безумна в гордом сознании истинно королевского величия своей поэзии, своей романтики и не хочет унижить этого величия в пыли и грязи жизненной мертвечины». Он отмечал также, что бывают случаи, когда человек уходит из жизни только лишь из страха в будущем стать зрителем картины собственного заката и распада.

В «Эстетике самоубийства» мы писали, что молодость иногда любит свою красоту и не желает, в отличие от зрелости, жертвовать ею ради благ жизни, предпочитая умереть на пике своего величия, чем поступиться хотя бы сотой долей своей независимости.

Аномический самоубийца, выбирая между жизнью и смертью, не только логически взвешивает все «за» и «против», как бухгалтер, подводя под результатом общую черту и выводя баланс, но и, как художник, как творец, эстетически оценивает всю свою жизнь как уникальный акт творчества, как своё единственное и главное произведение, которое удалось или не удалось, и по результатам оценки совершает выбор.

Как писал русский поэт А. Н. Майков:

*Теперь стою я, как ваятель
В своей великой мастерской.
Передо мной — как исполины —
Недовершённые мечты!
Как мрамор, ждут они единой
Для жизни творческой черты...*

В Древней Греции, гласит легенда, был обычай у жителей одного из островов заканчивать жизнь самоубийством сразу после достижения в жизни какого-либо выдающегося результата. Так, молодые влюблённые могли покончить с собой после первой брачной ночи, боясь, что последующая жизнь ничего не добавит к силе их чувства, а только день за днём будет стирать краски их молодости. Скульптор, создавший прекрасную статую, которого все жители острова носили на руках и прославляли как самого гениального мастера, мог сразу после этого покончить с собой, боясь, что ему уже никогда не удастся пережить подобного триумфа.

Аномическая мотивация суицидального поведения довольно часто наблюдается в старшем подростковом и юношеском возрасте и тесно связана с тем самым кризисом аутентичности, о котором я уже писал.

Лучшим способом блокады суицидального поведения при аномической мотивации является «подписание противосуицидального договора». Подростка не следует убеждать в том, что будущее прекрасно, что впереди у него — ещё много хорошего. Следует внимательно выслушать его, согласившись, что ситуация, в которой он находится сейчас, на самом деле не внушает никаких радужных перспектив, и, возможно, ничего не изменится в лучшую сторону. При этом следует подчеркнуть, что он остаётся свободен в своём праве выбора между жизнью и смертью. Единственное, на чём нужно настаивать, — это на необходимости выждать какое-то время перед окончательным принятием решения. Следует подчеркнуть, что если ситуация на самом деле такова, какой она видится подростку, и ничего не может измениться, то ничего и не изменится по прошествии определённого времени, и, если он в этом убедится, у него ещё будет возможность осуществить своё намерение. После этого заключается устный договор, который вызывает у подростков большее доверие, чем письменный, что

он обязуется в течение определённого времени не предпринимать никаких попыток покончить жизнь самоубийством. Как правило, подобный договор имеет силу даже у депрессивных больных. Подобный договор заметно облегчает психологическое состояние подростка, так как перекладывает груз ответственности за принятие решения на другого человека. Если подросток сообщает о своих суицидальных намерениях с аномическим мотивационным комплексом, это обязательно предполагает интенсивную внутриличностную борьбу мотивов, а заключение договора как бы избавляет его от изнуряющих мыслей, страхов и сомнений, высвобождая необходимую психическую энергию для того, чтобы как-то справиться с ситуацией и найти альтернативные варианты решения.

В качестве примера можно привести известный подросткам роман Александра Дюма «Граф Монте-Кристо», в котором Монте-Кристо заключает «противосуицидальный договор» с Максимилианом Морелем после мнимой смерти Валентины. Граф берёт с Мореля обещание, что, если через месяц желание расстаться с жизнью не покинет несчастного влюблённого, он сам выберет ему и подходящее оружие и лёгкую смерть.

Противосуицидальный договор позволяет хотя бы временно блокировать суицидальные тенденции в тех случаях, когда не срабатывают никакие другие психологические и психотерапевтические приёмы.

Анестетические мотивы отражают представление о том, что только смерть может избавить подростка от внутренних психологических страданий, невозможность больше терпеть ситуацию, невозможность найти другие пути избавиться от бесконечной и мучительной душевной боли.

А. Г. Амбрумова, исследуя переживания суицидентов в пресуицидальный период, обратила внимание на особые переживания «невыносимой душевной боли», которые обозначила как «психалгии». На то, что подобные переживания душевной боли («neuralgia psychica») могут толкать на самоубийство, указывал ещё С. С. Корсаков в начале XX века. Душевная боль, с точки зрения Амбрумовой, мешает сознанию использовать прошлый опыт для решения конфликтной ситуации и как бы лишает на время возможности видеть будущее. Деятельность сознания всецело направляется на немедленное

избавление от тягостного эмоционального состояния.

Выявление анестетической мотивации у подростка при выраженной психалгии в первую очередь требует специализированной психологической и психотерапевтической помощи. Такой подросток должен незамедлительно попасть в поле зрения специалистов, учитывая то, что психалгия во многих случаях, внезапно усиливаясь, может привести к «импульсивным» быстрым суицидальным действиям. Мне пришлось лечить женщину, единственный 17-летний сын которой, придя объяснить в любви к девушке, получил неожиданный и грубый отказ. В тот же миг он, не выдержав мучительной душевной боли, разбежался и на глазах у девушки выбросился в окно с восьмого этажа.

В тех случаях, когда мы можем предполагать, что ситуация вызовет у подростка сильную душевную боль, мы должны быть готовы к возникновению мощного анестетического суицидального импульса. В этот момент особенно плохо срабатывают все противосуицидальные механизмы — и иногда единственным способом удержать подростка от самоубийства являются меры принудительного удержания.

Следует помнить, что современной медицине хорошо известны лекарственные средства, позволяющие облегчить самую сильную душевную боль, даже в тех случаях, когда мы не можем воздействовать на её психологическую причину.

В большинстве случаев со временем боль ослабевает, восстанавливается способность критической оценки своего поведения, включаются противосуицидальные защитные механизмы, и риск суицидального поведения уменьшается. В тех случаях, когда душевная боль сохраняется или рецидивирует на протяжении достаточно длительного времени, необходимо срочное вмешательство психотерапевта.

Инструментальные мотивы отражают неспособность изменить неблагоприятную для него ситуацию другим образом, они связаны с желанием доказать что-то хотя бы таким образом, хотя бы своей смертью как последним и самым веским аргументом; иногда же это просто желание привлечь к себе внимание.

Подростки с инструментальной мотивацией используют суицидальную модель поведения как шантажно-манипулятивную

технику. Высокого риска совершения суицида в таких случаях, как правило, нет. Суицидальное поведение остаётся на уровне мыслей, фантазий, высказываний, демонстративных попыток с использованием заведомо несмертельных способов и средств.

Для взрослого человека демонстративность подобного поведения в большинстве случаев очевидна. Единственная опасность может заключаться в том, что подросток по неведению может принять или использовать более опасные для жизни средства и способы, чем сам того желал. Существует опасность, что в случае достижения желаемого результата, подросток может закрепить суицидальную модель поведения и использовать её стереотипно в любых сложных жизненных ситуациях.

Исследования Лазарашвили выявили тенденцию к закреплению у подростков суицидального поведения как «модуса поведения», формы реагирования в сложных конфликтных ситуациях. Фактором, формирующим повторное суицидальное поведение, являлось разрешение ситуации в благоприятную сторону после первичной попытки. При этом прослеживалась трансформация попыток от истинных к демонстративно-шантажным, но не исключаются и повторные истинные попытки. При этом появление суицидальной модели поведения нарушало имеющиеся прежде непатологические формы защиты¹¹⁰. Точно так же Ковалёв рассматривает суицидальное поведение с элементами демонстративности как примитивную истерическую реакцию, закрепившуюся по механизму «условной желательности», как средство, освобождающее ребёнка от трудной для него ситуации¹¹¹.

Лазарашвили, говоря о демонстративном типе суицидального поведения, указывает, что если в одной ситуации у подростка может отсутствовать серьёзное намерение самоубийства, то в другое время и при других обстоятельствах он может использовать тот же способ для целенаправленных суицидальных действий.

¹¹⁰ Лазарашвили И.С. Анализ суицидальных действий лиц, страдающих некоторыми формами психопатий //Комплексные исследования в суицидологии: Сб. науч. трудов.— М., 1986.— С. 105—113.

¹¹¹ Ковалёв В.В. Ситуационные реакции, проявляющиеся в нарушениях поведения, как форма психогенных (реактивных) расстройств у детей и подростков //Журн. невропатол. и психиатрии им. Корсакова.— 1979.— № 10.— С. 1386—1391.

Особое внимание необходимо уделять суицидальному поведению с инструментальной мотивацией у детей. Дети убеждены, что смерть имеет свой конец и после того, как она закончится, жизнь начнётся сначала, без прежних трудностей и конфликтов. Дети образно представляют себе собственные похороны, горе и раскаяние близких, будучи уверенными в том, что можно быть свидетелями этого события и убедиться собственными глазами, что все, кого ребёнок хотел наказать или разжалобить своей смертью, пребывают в глубоком отчаянии.

Аутопунитические мотивы отражают желание наказать себя, представления о недопустимости своего существования, желание быть самому себе и судьёй и палачом.

Традиционно во многих культурах смерть является самой высшей мерой искупления вины за совершённое деяние. Российская культура не является исключением. Более того, подобные традиции имеют в российской культуре достаточно глубокие корни, особенно в военной среде. Самоубийство являлось и, может быть, до сих пор является нормальным этикетным поведением в офицерской среде. Не случайно самоубийства среди военных встречаются несколько чаще, чем в общей популяции. Представления о возможности искупить свою вину смертью настолько глубоко закреплены в психике современного человека, что не всегда осознаются самими носителями этой культуры. Мне пришлось быть свидетелем разбора неэтичного поведения врача на общем собрании коллектива. При этом два взрослых человека, независимо друг от друга (один из них — руководитель, другой — авторитетный сотрудник), не заметив этого, в своих высказываниях предлагали суицидальную модель поведения как вполне адекватный способ разрешения ситуации. Один из них при обсуждении ситуации с пафосом заявил (в присутствии провинившегося), что русские офицеры раньше в таких ситуациях стрелялись, а вторая во время выступления призналась, что сама бы, наверное, в такой ситуации повесилась от стыда.

Подобный прототипический пласт сознания существует практически у каждого человека, поэтому самоубийства во имя искупления вины встречаются, возможно, наибольшее понимание у окружающих.

Не представляют собой исключения и подростки. Только в их случае гипертрофированность чувств, максимализм, «чёрно-белый» подход к жизни вызывают зачастую удивление по поводу незначительности тех ситуаций, которые могут «запустить» суицидальную активность с аутопунитической мотивацией.

У мальчиков достаточно распространённой причиной аутопунитического суицидального поведения является неспособность чего-либо добиться с последующими обвинениями себя в слабости, бесхарактерности, безволии. При этом суицидальное поведение рассматривается ими как, в какой-то степени, компенсация слабости, как единственный сильный поступок, на который они могут быть способны: «если я не могу быть сильным в жизни, то я хотя бы смогу быть сильным в смерти».

У девочек аутопунитические суицидальные мысли часто возникают как следствие чувства собственной неполноценности, ненужности, когда им начинает казаться, что их существование каким-либо образом мешает окружающим, особенно в ситуации «любовного треугольника». Мотивационно-когнитивный механизм при этом достаточно типичен: идея собственной смертью освободить дорогу для другой, чтобы «любимый» был счастлив, повышает ценность собственной личности, которая снижается в ситуации, когда «любимый» реально отдаёт предпочтение другой девушке. Суицидальные мысли при этом носят аутопунитический оттенок как бы вторично. На самом деле они позволяют личности поднять собственную самооценку.

Суицидальные мысли с мотивацией самонаказания всегда должны настораживать педагогов и психологов в плане возможного депрессивного состояния. При депрессии ситуация воспринимается извращенно, более того, ситуация существует только в рамках болезненного состояния самого пациента. Идеи самообвинения и самоуничтожения не вытекают из реальной ситуации, они тесно связаны с болезненным состоянием подростка или взрослого. Не случайно, в случаях диагностики психотического депрессивного состояния психиатр имеет полное право на принудительную госпитализацию пациента с суицидальными мыслями в соответствии с «Законом об оказании психиатрической помощи». Как только излечивается заболевание — восстанавливается способность критической оценки своего

состояния, исчезают суицидальные мысли. Во время депрессии пациент сам не способен критически оценить своё состояние. Душевная боль, которая несравнима даже с физической, чувство собственной ущербности, идеи самообвинения и самоуничтожения, ощущение безнадёжности, отсутствие «света впереди» при депрессии выводит суицидальную модель поведения как единственный «разумный» выход на передний план сознания. Многие психиатры считают, что суицидальные мысли при депрессии существуют всегда. Если мы видим депрессивное состояние подростка, у него обязательно есть суицидальные мысли, независимо от того, говорит он нам о них или нет. Чем больше он их скрывает, тем больше опасность их неожиданной реализации.

Признаками депрессивного состояния у подростка являются:

- *сниженная способность к сосредоточению и вниманию;*
- *сниженные самооценка и чувство уверенности в себе;*
- *идеи виновности и уничтожения;*
- *мрачное и пессимистическое видение будущего;*
- *нарушенный сон и аппетит.*

Когда мотивация самонаказания сочетается с альтруистической, нарушается самый главный противосуицидальный защитный механизм — необходимость жить ради других. При вышеупомянутой комбинации данный защитный механизм полностью обесценивается убеждением, что всем окружающим будет только лучше, если его или её не станет. Данное сочетание является наиболее опасным в суицидальном плане.

В последнее время у меня всё более и более укрепляется убеждённость в том, что само по себе депрессивное состояние возникает тогда, когда человек очень хочет умереть, но не может этого сделать по тем или иным причинам. Депрессивное состояние нужно рассматривать как эквивалент самоубийства: вся совокупность депрессивной симптоматики есть по своей сути проявление авитальной активности, блокированной на пороге суицида.

Гетеропунитическая мотивация отражает желание отомстить кому-то, наказать, причинить боль, страдание, пробудить у окружающих муки совести, создать своей смертью

всем проблему.

Модель поведения очень древняя. У китайцев многие столетия существовала традиция в случаях получения незаслуженной обиды вешаться перед домом или прямо на воротах дома обидчика. Таким образом осуществлялась как бы собственная реабилитация и одновременно месть причинившему обиду, так как последний после такого случая всегда подвергался социальному ostracism.

Для подростковой культуры подобный мотивационный механизм настолько характерен, что его отражение можно найти даже в названии российского художественного фильма о подростковых проблемах «В моей смерти прошу винить Клару К.». Подобный тип суицидального поведения более характерен для младшего и среднего подросткового возраста. Суицидальные мысли с мотивацией «наказать другого» встречаются даже у детей, которые представляют, как (чаще не после самоубийства, а просто собственной смерти) будут мучиться родители, учителя, близкие, которые их чем-то обидели. Эти фантазии имеют чаще защитный, компенсаторный характер, не являются патологией и в подавляющем большинстве случаев не выходят за пределы мыслительной активности.

У подростков старшего возраста суицидальные мысли данного типа могут переходить границы фантазирования и реализовываться в поведении, чаще всего с элементами демонстративности и, следовательно, в сочетании с инструментальной мотивацией.

Поствитальная мотивация отражает надежду на что-то лучшее после смерти, желание умереть «здесь», чтобы иметь возможность возродиться к новой жизни, желание уйти «туда», к кому-то очень важному в жизни подростка и любимому, мысль о смерти как о пути к новой жизни.

Подобные традиции были широко распространены в древнем мире, особенно на Востоке. В Индии в случае смерти брамина его жена (иногда и слуги) по традиции совершали самоубийство на костре (сати), чтобы вместе с ним войти в царство мертвых и обрести там вечное блаженство. Многие первые христиане, буквально восприняв учение апостолов, принялись поодиночке и группами кончать жизнь

самоубийством, чтобы скорее предстать перед Всевышним и оказаться в царстве «вечной красоты и блаженства».

Если буквально воспринимать слова Екклезиаста «...и возненавидел я жизнь, ибо всё суета и томление духа», проникнуться пессимизмом книги Иова «человек рождается на страдания» и при этом верить, что на том свете человека ожидает райское блаженство, то где найти способ оставить на этом свете хоть одного разумного человека, который бы не стремился всеми силами и средствами удрать из этого мира «третьесортной красоты», страдания и печали в божественные «райские кущи»? Тот, кто правильно понимает сущность христианства, только и должен возопить, как святой Павел: «Кто избавит меня от сего тела смерти?».

Недаром теоретикам христианства, и в частности святому Августину, чтобы предотвратить массовые самоубийства первых христиан и не остаться без паствы и богатых прихожан, которых они предпочитали убеждать в суетности богатства, но не в суетности жизни, пришлось специально провозгласить самоубийство грехом и слабостью, так как якобы при этом нарушается заповедь Господня «не убий». Как только самоубийцам был обещан вместо сладостных куш рая жаркий и зловонный ад, самоубийства резко пошли на убыль. Если бы христианство не додумалось до такой уловки, в настоящее время на Земле, вероятно, не было бы ни одного христианина, а каждый новообращённый существовал бы ровно столько, сколько нужно времени, чтобы завязать на веревке петлю и накинуть её на шею.

В Японии, напротив, до сих пор широко распространён обычай самоубийства от любви — синьжу. Молодые люди, влюблённые друг в друга и не имеющие возможности обрести счастье в этой жизни (по разным обстоятельствам: несогласие родителей, материальное неблагополучие и т.п.), надеются на другую блаженную жизнь, в которой будут вместе. Самоубийства такого рода практически никогда не осуждаются окружающими, а сами самоубийцы рассчитывают на милосердие богини Амиды, сострадательной ко всем несчастным.

Исходя из вышеприведённых примеров, легко сделать вывод, что представления о загробной жизни, и в частности своей дальнейшей судьбе после смерти, оказывают самое

непосредственное влияние на суицидальное поведение. Поэтому самый надёжный фактор профилактики и блокады суицидального поведения — наличие у подростка стойких религиозных убеждений прохристианской или происламской направленности.

Несколько «подпортил» в этом плане ситуацию Моуди со своей книгой «Жизнь после смерти». В этой злополучной книге автор собрал свидетельства лиц, перенесших опыт клинической смерти. Выжившие в один голос якобы утверждали, что сразу после смерти их душа как бы отделялась от тела, проходила боль, наступало спокойствие, они попадали в длинный туннель, в конце которого был виден яркий свет, их окружали внимательные, заботливые существа, встречали умершие родственники — и только заботами неугомонных реаниматологов они возвращались назад (без особого удовольствия). Кстати, даже в этих современных мифологических сказаниях (ни один известный мне реаниматолог пока ещё не подтвердил всех этих историй) чётко прослеживается основной сдерживающий противосуицидальный фактор: многие из «вернувшихся» рассказывали, что они сами усилием воли вернулись назад при мысли о необходимости заботы о ком-то или при мысли о необходимости что-то доделать, завершить в этой жизни.

Подобные мифы широко распространены в нашем обществе, несмотря на полное отсутствие доказательств, и так или иначе доходят до подростков. При отсутствии других сдерживающих факторов подобные представления достаточно опасны в плане провокации или облегчения перехода суицидальных мыслей в суицидальные действия.

Правда, не следует забывать, что даже сам Моуди, понимая, какой эффект может оказать его книга, писал, что опыт внетелесного существования у самоубийц, возвращённых к жизни, носит мрачный, безрадостный и иногда даже «ужасный» характер.

Я описал здесь лишь осознаваемую мотивацию суицидального поведения, зримо проявляющую себя в форме мыслей, фантазий или представлений, но следует понимать, что за этими осознаваемыми, видимыми мотивами самоубийства

может лежать скрытая, неосознаваемая, но от этого не менее реальная мотивация.

*

Определение степени реального суицидального риска, по мнению Амбрумовой, всегда должно проводиться на основании двух рядов факторов: не только на основании суицидальных мотивов, но и на основании противосуицидальных. При этом отмечается, что до сих пор противосуицидальные факторы не включены ни в один из инструментов определения суицидального риска (шкалы, опросники и др.). А. М. Понизовский, характеризуя специальные шкалы и таблицы, по которым высчитывается «индекс суицидального риска», основным недостатком их считает игнорирование антисуицидальных факторов¹¹².

С целью компенсации этого недостатка в 1997—1998 гг. я попытался разработать тест, позволяющий выявить и количественно оценить 9 основных противосуицидальных защитных мотивационных комплексов:

- *витальную мотивацию;*
- *религиозную мотивацию;*
- *этические мотивы;*
- *моральные мотивы;*
- *эстетические мотивы;*
- *нарциссическую мотивацию;*
- *когнитивную надежду;*
- *временную инфляцию;*
- *финальную неопределенность.*

Витальные (или провитальные) мотивы отражают естественный для человека страх перед смертью, тесно связанный с инстинктом самосохранения.

В повседневной жизни этот страх достаточно редко выходит на поверхность сознания, вытесняемый в глубины бессознательного, но, как только человек сталкивается с

¹¹² Понизовский А.М. Анализ основных подходов к пониманию суицидального поведения при депрессиях //Актуальные проблемы суицидологии: Тр. Моск. НИИ психиатр. — Т. 92.— 1981.— С. 150—167.

реальной угрозой собственной жизни и здоровью, этот страх независимо от нашей воли упрямо внедряется в самую сердцевину нашей психической деятельности, холодной рукой сжимая сердце человека и парализуя его активность.

Можно без преувеличения сказать, что из всех живых существ только человек способен сознательно преодолеть барьер инстинкта самосохранения и способен на равных взглянуть в лицо смерти. Для подростков страх перед смертью в некоторых случаях является как бы своеобразным испытанием. На вопрос: «Что значит для тебя быть смелым?» — обычным ответом для североамериканских индейцев-школьников является: «Иметь смелость убить себя».

Хендерсен приводит интересный пример сновидения молодого человека 25 лет, который испытывает сомнения по поводу предстоящей женитьбы из страха стать зависимым от жены так же, как был зависим от матери. В своём сне молодой человек был вовлечен в ритуальный танец с другим мужчиной и двумя женщинами, одна из которых была его невестой. «Мужчина и женщина, муж и жена, выглядели старше и впечатляли сновидца постольку, поскольку, несмотря на свою близость друг к другу, имели возможность для выражения своих индивидуальных различий и не проявляли собственнических наклонностей. В таком выражении оба они воплощали брачный союз, не понуждавший к неуместным ограничениям в развитии индивидуальности обоих партнеров. И если бы он имел возможность достичь такого состояния, то в этом случае женитьба стала бы для него приемлемой.

В ритуальном танце каждый мужчина смотрел в лицо женщине-партнёру, и все четверо находились по углам квадратной танцевальной площадки. По мере того, как они танцевали, становилось очевидным, что всё действие напоминает также и танец с мечом. Теперь уже в руке у каждого танцора был маленький меч, с которым тот или та совершали замысловатые арабески, двигая руками и ногами в чередовании движений, символизировавших попеременно импульсы агрессии и повиновения друг другу. В заключительной сцене танца все четыре танцора должны были вонзить свои мечи в свою грудь и умереть. И только сам сновидец в последний момент отказался

совершить самоубийство и остался стоять один, когда все остальные упали. Он чувствовал глубокий стыд за свою трусливую неудачу: неспособность принести себя в жертву наряду с другими»¹¹³.

Религиозные мотивы отражают сформированные представления о самоубийстве как о грехе, страх погубить свою бессмертную душу, обречь себя на вечные мучения.

С точки зрения верующего человека, жизнь даётся Богом, и только Он может распоряжаться судьбой человека. Человек не в праве сам определять свой последний час. Чем более мужественно человек справляется с трудностями, выпавшими ему на жизненном пути, тем больше ему воздастся после смерти. Самоубийцы же, которые «презирают» заповеди Божьи, будут справедливо наказаны после смерти.

Великий Данте в «Божественной комедии» поместил самоубийц среди грешников, мучающихся в аду. Души их превращаются в деревья, а безжизненные тела навеки вешались на эти деревья и своим видом возбуждали вечное отвращение и ужас у несчастных грешников.

*Как только дух, так сильно огорчён,
Что в ярости сам тело оставляет,
То в ров седьмой Миносом осуждён,
И в этот лес несчастный попадает;
Здесь места нет, куда судьба пошлёт,
Там, как зерно, уж он росток пускает
И отпрыском и дерево взрастает.
И гарпия, насытившись листьями,
Исторгнет грусть и язвы нанесёт.
Мы полетим за нашими телами,
Но никогда не облачимся в них:
Не вправе взять, что бросили мы сами,
А привлечём в трущобы эти их,
И каждый дух повесит труп злосчастный
На дерево всех горестей своих.*

Интересно, что по результатам проведённого мной исследования противосуицидальной мотивации самоубийство

¹¹³ Хендерсен Дж. Древние мифы и современный человек // Человек и его символы. — СПб., 1996. — С. 156—157.

как грех воспринимают даже те люди, которые формально отрицают у себя какие-либо религиозные убеждения.

Этические мотивы отражают внутреннюю психологическую неприемлемость самоубийства из-за нежелания делать больно родным и близким людям, причинять страдания окружающим, этический императив жить ради тех, кто рядом, невозможность умереть из-за зависящих от него людей (например, детей).

Данный противосуицидальный мотивационный комплекс приобретает особую значимость в более зрелом возрасте. Как мы помним, датский философ Кьеркегор считал, что каждый человек в течение своей жизни проходит как бы три этапа: эстетический, этический и религиозный. Первая, эстетическая стадия существования,— это попытка организовать свою жизнь, основываясь целиком на собственных силах, уме, таланте, воле и красоте. В дальнейшем молодой человек переходит на этическую стадию существования, отказываясь противопоставлять себя окружающей действительности.

Этические мотивы мало влияют на поведение подростка и молодого человека, так как ценность собственной личности в этот период всегда выше, чем ценность окружающей реальности, включая даже самых близких людей. Опирайтесь на этические мотивы для сдерживания суицидального поведения у подростков в этой связи достаточно сложно. Только в период ранней зрелости и среднем возрасте в соответствии с теорией эпигенетического развития личности Эриксона, когда нормальное функционирование личности подразумевает способность принимать на себя обязательства, принимать и понимать других, проявлять заботу,— этические мотивы выходят на первый план в комплексе противосуицидальной мотивации.

Моральные мотивы отражают представления о самоубийстве как о слабости и трусости, «позорном бегстве», представления о том, что только безвольный человек может покончить с собой, страх осуждения со стороны окружающих, нежелание оставить после себя «плохую память».

Моральные сдерживающие мотивы не идентичны этическим и во многом уступают им. «Основы морали рано или поздно изживут себя, этика — никогда... Универсальная этика заключается в том, что от поколения к поколению испытание

того, что вы производите,— это забота»¹¹⁴. Необходимость жить ради продолжения рода, ради других — ценность не просто человеческая, это жизненно необходимая социо-биологическая ценность. Не только люди, но и многие животные поступают так.

Моральные императивы, в отличие от этических, более сиюминутны, более социальнообусловлены, или точнее микросоциальнообусловлены.

Если мать или отец добровольно уходят из жизни,— это в большинстве случаев реально приводит к тому, что их потомство будет поставлено в более трудные условия существования. Это — жизненная правда, которую большинство нормальных людей достаточно хорошо понимают. Если подросток добровольно уходит из жизни, он реально обесценивает жизнь своих родителей, прародителей, лишая их существование смысла. Большинство подростков, если и не понимают этого отчётливо, в процессе беседы с психологом или психотерапевтом легко приходят к такому пониманию, потому что это — правда. Это — этическая норма.

То, что самоубийство — слабость, низость, трусость, признак безволия, бесхарактерности,— неправда. Бессмысленно убеждать в этом подростка. Он не поверит. Самоубийство может быть признаком силы, может быть проявлением героизма, смелости, для его совершения необходимы и воля и характер. Всё зависит от ситуации. Моральные критерии очень относительны.

В отношении самоубийства вопрос никогда не стоял в жёсткой плоскости его полного одобрения или запрещения. Оценка каждого случая во все времена определялась мерой, соразмерностью и гармоничностью самоубийства со всей остальной жизнью человека, с вызвавшими его обстоятельствами, с традициями, принятыми в данном обществе. В тех случаях, когда самоубийство представлялось соразмерным тяжести и непреодолимости внешних обстоятельств, оно допускалось и одобрялось. В тех случаях, когда эта мера нарушалась, самоубийство осуждалось и преследовалось.

В России самоубийство осуждалось по христианской традиции, а также по слабости индивидуального сознания и

¹¹⁴ Эриксон Э. Идентичность и кризисы /Пер. с англ.— М., 1996.— С. 35.

недооценке прав личности на самоопределение. Плохо это или хорошо — можно спорить. Следует просто помнить, что моральные факторы являются реальной, сдерживающей суицидальную активность силой — и на них можно опираться. В случаях подросткового суицидального поведения это следует делать с большой осторожностью в связи с характерным для подростков негативным восприятием общепринятых норм и стандартов.

Эстетические мотивы отражают восприятие самоубийства как некрасивого поступка, способность человека представить своё тело после самоубийства, невозможность воспользоваться тем или иным способом по чисто эстетическим соображениям. В 1993 году мной в соавторстве с Львом Трегубовым было опубликовано специальное исследование по этому аспекту суицидальной активности¹¹⁵.

Красота есть субъективная релятивная эстетическая видимость, конкретное содержание которой существенно менялось на протяжении исторического развития человечества. Нет ни одного явления или предмета в окружающем нас мире, который не мог бы попасть в сферу эстетической видимости и, следовательно, не восприниматься как нечто прекрасное. Ни сам человек, ни его поведение не составляют в данном случае исключения.

Булацель, описывая самоубийства в Российском государстве, сетовал на современных ему самоубийц в связи с тем, что большинство из них характеризуется «поразительным равнодушием по отношению к призывам сердца. Потребность красоты и изящества в них отсутствует. Эти особенности современных самоубийц наглядно сказываются в тех способах, которые они выбирают для прерывания своей жизни. Способы эти грубы, безобразны, бессердечны»¹¹⁶.

Проанализировав всю доступную нам информацию и основываясь на собственном клиническом опыте, авторы пришли к выводу, что:

- *при прочих равных условиях человек стремится выбрать*

¹¹⁵ Трегубов Л.З., Вагин Ю.Р. Эстетика самоубийства.— Пермь, 1993.— 268 с.

¹¹⁶ Булацель П.Ф. Самоубийство с древних времён до наших дней.— СПб., 1900.— С. 19.

тот способ самоубийства, который наиболее соответствует его понятиям о чести и красоте; приемлемости того или иного способа самоубийства в данной социальной среде. Как говорил Розанов: «Если уж нельзя эстетически прожить, то зато эстетически можно умереть»¹¹⁷;

- *при прочих равных условиях человек стремится выбрать тот способ, который, по его мнению, ведёт к наименьшему обезображиванию тела;*

- *при прочих равных условиях человек всегда считается с тем, какие эстетические переживания вызовет вид его тела у окружающих.*

Эстетический фактор не следует недооценивать. Ничто не оказывает столь явного и действенного влияния на человека, склонного к самоубийству, как воздействие на его эстетические чувства. Никакие логические, философские, моральные, нравственные и религиозные доводы не оказывают столь потрясающе действенного эффекта на потенциальных самоубийц, как, например, простая угроза лишения погребального ритуала или осквернения и поругания их тела после смерти.

Ещё в древнем Карфагене массовые самоубийства женщин прекращали угрозами выставить на всеобщее обозрение обнажённое тело покончившей с собою. Когда самоубийства приняли эпидемический характер в Древнем Риме, царь Тарквиний Приск приказал распинать тела самоубийц и отдавать их на съедение диким зверям.

Любой взрослый человек, имеющий жизненный опыт, может без особого труда «просветить» подростка с суицидальными тенденциями по поводу тех эстетических компонентов, которые связаны с тем или иным способом самоубийства, например с использованием огнестрельного оружия, движущегося транспорта, самоповешения, утопления и т.п.

Не случайно большинство потенциальных самоубийц при наличии свободного выбора останавливаются на самоотравлении как наиболее эстетичном, с их точки зрения, способе. При заполнении опросника большинство наиболее выдающихся

¹¹⁷ Розанов В.В. Уединенное.— М., 1990.— С. 119.

деятелей культуры в начале XX века выбрало самоотравление как наиболее предпочтительный способ самоубийства.

При приёме некоторых веществ в больших дозировках человек засыпает, а сон постепенно переходит в кому и смерть. Для многих, если не для большинства, намного эстетичнее представлять своё тело лежащим после смерти в постели или, в крайнем случае, на полу, чем висящим на верёвке, исковерканным каким-либо транспортным средством или разбитым об асфальт.

Подросткам следует знать, что «эстетический идеал» красивой и быстрой смерти, связанный с самоотравлением, создан большей частью не суровой жизненной реальностью, а поэтическим вымыслом, тем как это описывается в художественных произведениях и видится на сцене:

*Смерть выпила мёд твоего дыхания,
Но красотой твоей не овладела.
Ты не побеждена. Ещё румянец
Красой уста и щёки озаряет,
И смерти знамя бледное не веет...*

Шекспир, «Ромео и Джульетта»

Только на сцене и в кино это происходит быстро и красиво. В жизни всё намного прозаичнее. Принятие токсических веществ в больших количествах в подавляющем большинстве случаев приводит к непроизвольной рвоте даже в бессознательном состоянии. Человек остаётся жив, но сохранность его психики после выраженной интоксикации, естественно, никто уже гарантировать не может.

Нарциссические мотивы отражают, исходя из определения, любовь и жалость к себе (в хорошем смысле этих слов); нежелание умирать, не окончив все дела; представления о том, что ещё многое можно в жизни сделать и пережить.

Нужно помнить, что в момент мощной психотравмы происходит значительное сужение сознания человека, исчезает перспектива, происходит негативная «перекраска» как прошлого, так и будущего. Боль сегодняшняя проецируется на всё прошлое («ничего хорошего не было») и на будущее («ничего хорошего не будет»). Особенно чётко этот феномен проявляется у подростков с их отсутствием опыта переживания стрессовых ситуаций.

В таких случаях хорошо работает метод «психотерапевтической метафоры». Я предлагаю подростку представить, что он ранним утром случайно забрёл в овраг, на дне которого собрался туман. Когда находишься внутри этого тумана — ничего не видно: ни впереди, ни сзади, ни слева, ни справа, ни сверху, но это не значит, что *весь мир* в тумане. Где-то обязательно есть синее небо, солнце, трава, деревья, люди. Если остаться на дне и ждать — ничего не произойдёт, ничего не изменится. Нужно просто идти вперёд, а не стоять на месте — и любой, даже самый длинный и глубокий, овраг рано или поздно кончится. Не нужно никаких сверхусилий, нужно просто сделать шаг, за ним другой, ещё один...

Мотивы когнитивной надежды отражают уверенность суицидента в том, что что-то можно сделать, поиск другого выхода, надежду найти другое решение проблемы, убеждённость, что выход всё-таки есть и, если он сам не видит его, — это не значит, что выход не знает кто-то другой.

Именно в связи с данной противосуицидальной мотивацией подавляющее большинство подростков с суицидальными мыслями так или иначе информируют окружающих о своих намерениях, даже если формально они при этом отрицают возможность выхода из ситуации и разрешимость проблем.

При беседе с подростком в таких случаях нужно приводить как можно больше примеров различных сложных жизненных ситуаций, в которые попадали те или иные люди (в том числе и сам человек, к которому подросток обратился за помощью), и рассказывать, как они справились с этими ситуациями. Практически у каждого нормального человека хоть раз в жизни возникали суицидальные мысли, особенно в подростковом возрасте. Ничто так не помогает подростку справиться со сложными жизненными ситуациями, как совет значимого для него лица, особенно подтверждённый примерами из собственной жизни.

Мотивы временной инфляции отражают надежду, что время — самое лучшее лекарство от всех проблем; желание выждать хотя бы какое-то время перед тем, как решиться на такой шаг; убеждение, что на смену чёрной полосе всегда приходит белая; и если проблему нельзя решить — её можно просто пережить.

Самый лучший пример в этом отношении для подростков,

особенно девочек,— героиня одноименного художественного фильма, созданного по роману «Унесённые ветром», Скарлет. В самые тяжёлые жизненные моменты она всегда говорила себе: «Я не буду думать об этом сегодня — я подумаю об этом завтра». Русская пословица «Утро вечера мудренее» также хорошо отражает этот защитный механизм.

Наша голова устроена намного лучше, чем мы о ней думаем. Если мы не можем справиться с какой-либо проблемой сейчас — это не означает, что мы не сможем справиться с ней завтра. Когда на нас обрушивается неожиданная стрессовая ситуация, мы пытаемся решить её на уровне ясного сознания, которое по своей сути очень небольшое и слабое. С помощью ясного сознания мы можем разрешить лишь несложные сиюминутные проблемные ситуации. Для разрешения сложных конфликтных ситуаций необходимо подключение всей психической активности человека, которая на 99% протекает в области бессознательного. Попадая в область бессознательного, любая самая сложная проблема будет решаться с использованием всего жизненного индивидуального опыта человека. Единственное, что для этого необходимо — время.

Предложите подростку взять вечером любой кроссворд и отгадать его. Используя ясное сознание, он всегда сможет отгадать определённый процент слов. Затем попросите его просто отложить кроссворд до утра и не заниматься им больше. Утром, взяв вчерашний кроссворд в руки и попытавшись отгадать его ещё раз, подросток убедится, что может вспомнить ещё очень много слов. Так работает наше бессознательное. Мы всю ночь будем спать, а оно всю ночь будет «забавляться» этим кроссвордом и извлекать из глубин памяти и «архивов» бессознательного те слова, с которыми когда-то уже сталкивалось, и к утру выведет их к фокусу ясного сознания, откуда их можно будет без труда извлечь. Вспомните, как бывает, когда мы забываем хорошо знакомое слово или фамилию. Спустя какое-то время оно может совершенно неожиданно само «выскочить» в памяти, хотя мы уже и не думаем об этом. Бессознательное получило задачу найти, затратило для этого какое-то время, нашло и вывело для нашего использования. Точно так же и при решении сложных проблем: нельзя страшиться того, что проблеме не удастся решить сразу.

Наш мозг так устроен, что для решения сложных задач ему требуется время. Ещё одна русская пословица подмечает и эту особенность функционирования нашей психики: «Человек задним умом крепок».

Мотивы финальной неопределённости отражают неуверенность в возможности до конца убить себя, незнание надежных способов самоубийства, опасения, что может получиться так, что вместо того, чтобы умереть — на всю жизнь останешься инвалидом.

Подростки, как правило, плохо информированы о возможных способах самоубийства и выбирают те из них, о которых удалось где-то прочесть, увидеть в кино или услышать от друзей. В суицидологии считается, что, если человек выбирает для самоубийства способ, не обладающий достаточной летальностью (то есть не несущий реальной угрозы для жизни), это свидетельствует чаще всего об отсутствии истинных суицидальных тенденций. У подростков данное правило не срабатывает. Подростки с серьёзными суицидальными тенденциями могут использовать «несерьёзные» способы не потому, что не имеют реального желания расстаться с жизнью, а потому, что не информированы о его летальности.

Даже представления о летальности способа можно использовать для профилактики суицидального поведения. Однажды ко мне обратилась девушка с суицидальными тенденциями, которая рассказала, что решила покончить с собой, как только убедится в том, что ситуацию никаким образом не удастся разрешить в благоприятном направлении. Она уже выбрала способ (прыжок с высоты) и даже несколько раз поднималась на верхний этаж высотного дома, чтобы «прорепетировать» своё самоубийство. Как только ситуация ухудшалась, её начинало просто тянуть к этому дому. Незадолго до этого в нейротравматологическом отделении я консультировал другую девушку, которая выбросилась с целью самоубийства с балкона восьмого этажа и получила только лёгкое сотрясение головного мозга. Когда моя пациентка после этого рассказа пришла на следующий сеанс, она сказала, что интерес к тому дому у нее сразу пропал. Как только она получила информацию о недостаточной летальности данного способа и

поняла, что даже в этом случае есть шанс остаться живой, мысли об использовании данного способа сразу же исчезли. Можно предположить, что человек в такой ситуации просто выберет другой способ, но поскольку она выбрала именно тот способ, значит, для нее он был наиболее оптимальным, удобным, простым и приемлемым. Следующий способ, который она попытается выбрать, уже не будет обладать этими характеристиками или будет обладать ими в меньшей степени — и совершить попытку самоубийства будет сложнее.

Особый страх у подростков вызывают опасения, что после совершения попытки самоубийства можно остаться живым, но при этом повредить своё физическое или психическое здоровье. Поэтому следует обращать их внимание, что при использовании токсических веществ шансов умереть намного меньше, чем шансов остаться инвалидом.

*

Если суицидальные мотивы преобладают над противосуицидальными, суицидальные мысли плавно переходят в *суицидальные тенденции* — мыслительную активность, связанную с представлениями о возможности и желательности собственной смерти и принятием решения. В этот момент возникает особое психоэмоциональное состояние — *суицидальная готовность*.

Суицидальная готовность на поведенческом уровне в большинстве случаев так или иначе проявляется и обнаруживается. Иногда о принятии решения о самоубийстве может свидетельствовать внезапное изменение в поведении: «затишье перед бурей», когда человек, переживающий из-за той или иной ситуации, неожиданно без видимых внешних поводов и причин на фоне неразрешённой актуальной ситуации внезапно успокаивается. Может обратить на себя внимание специфический интерес к эффектам лекарственных средств, «прощальные» речи, неожиданные подарки близким людям, поступки, которые несовместимы с дальнейшим нормальным социальным функционированием.

Иногда суицидальная готовность открыто проявляется в форме *суицидальных угроз* — словесного обозначения

суицидальных мыслей, тенденций и готовности. Подавляющее большинство суицидентов в пресуицидальном периоде так или иначе высказывали свои мысли окружающим, но на них никто не обратил должного внимания.

Суицидальный период, связанный с возникновением суицидальных мыслей, тенденций и готовности, может быть острым (когда время от возникновения суицидальных мыслей до принятия решения и совершения попытки исчисляется секундами или минутами) и хроническим (когда суицидальные мысли и тенденции могут существовать от нескольких дней до нескольких месяцев и даже лет).

К собственно суицидальному поведению традиционно относятся *суицидальные попытки и завершённый суицид*.

Суицидальные попытки делятся на *истинные* (суицидальное покушение), направленные на прекращение собственной жизни, и *демонстративные* (парасуицидальная попытка, суицид-игра), имитирующие суицидальную модель поведения и не имеющие истинной направленности на прекращение собственной жизни.

Все суицидологи специально подчёркивают, что у подростков крайне трудно дифференцировать истинные суицидальные попытки от демонстративных, поэтому для практической профилактики суицидального поведения у подростков удобнее рассматривать все суицидальные попытки как истинные. У детей суицидальное поведение, в том числе и суицидальные попытки, равно как и завершённые суициды, предлагается рассматривать как несчастные случаи в связи с отсутствием сформированного представления о смерти. Дети воспринимают смерть как состояние, после которого жизнь будет снова продолжаться, только уже без тех проблем, которые толкают ребёнка на суицидальное поведение.

В случае неудачного или незавершённого суицида непосредственно после попытки наступает *постсуицидальный период* (постсуицид).

По поводу постсуицидальных состояний ещё австрийский суицидолог Рингель обращал внимание на парадоксальность ситуации, при которой в больницах общего профиля и специализированных центрах предпринимаются сложные усилия, связанные с использованием всех современных методов для

реанимации суицидентов, но крайне мало внимания уделяется мерам психотерапии и вторичной психопрофилактики проблем людей, которые довольно скоро могут повторить суицид.

*

Парасуицидальная активность реально повышает риск нарушения и прекращения социального и биологического функционирования без сознательной суицидальной активности (аскетическая активность, пренебрежение здоровьем и отказ от лечения, самоповреждения, злоупотребление психоактивными веществами, влечение к риску, антисоциальное поведение).

Основная заслуга в изучении различных форм парасуицидального поведения принадлежит Карлу Меннингеру, который описал помимо собственно самоубийства, его многочисленные хронические формы (аскетизм и мученичество, неврастению, алкогольную зависимость, антиобщественное поведение и психозы), локальное самоубийство (членовредительство, симуляцию, полихирургию, преднамеренные несчастные случаи, импотенцию и фригидность) и органическое самоубийство (психосоматические заболевания).

Я не буду в данной работе подробно останавливаться на проблеме парасуицидального поведения, тем более что эта тема после выхода русского перевода книги Меннингера «Война с самим собой» стала теперь доступна читателю, а проблему злоупотребления и зависимости от психоактивных веществ мы разберём ниже. Следует лишь отметить, что своё исследование Меннингер проводил, целиком и полностью основываясь на концепции Фрейда о влечении к смерти.

Точно так же Анна Фрейд, относя часто наблюдаемую у детей второго года жизни привычку «стучания головой» к проявлениям аутоагрессии, отмечает: если подтвердится предположение, что оно представляет собой раннее поведенческое проявление склонности к агрессии и разрушению, направленному на себя, это явление может занять важное место в аналитической теории как одно из редких проявлений тенденции

к разрушению в чистом виде¹¹⁸.

Недавно мне рассказали о двух молодых пациентах, страдающих гемофилией¹¹⁹, один из которых записался в секцию бокса, а другой купил себе мотоцикл и гонял на нём с огромной скоростью в то время, как малейшая ссадина или внутреннее кровотечение могли закончиться для них фатально.

*

Десоциальная активность — подразумевает осознанное стремление ограничить собственное социальное и психологическое функционирование.

Для того чтобы лучше почувствовать, каким тесным образом десоциальная активность связана с авитальной в целом и суицидальной в частности, мне бы хотелось привести пример из романа Джона Фаулза «Любовница французского лейтенанта», в котором главная героиня объясняет, зачем она совершила поступок, принёсший ей бесчестие и полный социальный ostracism в родном городе.

«Я сделала это затем, чтоб никогда уж не быть такою, как прежде,— объясняет Сара свой «позорный поступок».— В ту минуту мне казалось, будто я кинулась в пропасть или ножом пронзила себе сердце. Это было в некотором роде самоубийство... Я знаю, что это грех... кощунство, но я не знала иного средства покончить со своею прежней жизнью»¹²⁰.

При этом Сара предполагает, что, если бы она не «покончила с собой» подобным образом в тот момент, она могла бы покончить (и покончила бы) с собой в буквальном смысле позже, а так этот акт социального и личностного самоубийства дал ей небывалую свободу и возможность жить. «Мне не страшны ни унижения, ни хула. Потому что я преступила черту. Я — ничто. Я уже почти не человек. Я — шлюха французского лейтенанта»,— говорит Сара.

Поскольку человек — биосоциальное единство, постольку

¹¹⁸ Фрейд А. Метод наблюдения в исследовании развития детей // Теория и практика детского психоанализа: В 2 т.— Т. 2.— М., 1999.— С. 240.

¹¹⁹ Гемофилия — заболевание крови, основным проявлением которого является отсутствие свёртывающей способности крови.

¹²⁰ Фаулз Д. Любовница французского лейтенанта: Роман / Пер. с англ.— М., 1999.— С. 180—181.

социальная активность и социальное общение — одно из главных условий развития личности, одно из главных условий функционирования личности и (!) *одно из главных удовольствий, доступных человеку*. Поэтому нам иногда так трудно понять внутреннюю мотивацию людей, сознательно или бессознательно отказывающихся или ограничивающих собственную социальную активность, предпочитая уединение, уход в монастырь, обет молчания, обет безбрачия, отсутствие детей и семьи.

Дэвид Майерс описывает «деструктивное социальное поведение» у людей, находящихся в состоянии депрессии и испытывающих чувство одиночества. Он считает, что психологический механизм возникновения одиночества и депрессии содержит в себе порочный круг: уверенность в своей социальной никчемности препятствует поведению, направленному на изменение ситуации, что в свою очередь подкрепляет первоначальную уверенность. Депрессивное мышление влияет на поведение человека в состоянии депрессии, помогая поддерживать цикл саморазрушения. Мартин Селигман полагает, что сосредоточенность на себе помогает объяснить сравнимое с эпидемией количество случаев депрессии в современном западном мире. Он полагает, что обесценивание религии и семьи плюс рост индивидуалистической установки «Ты можешь сделать это» порождают безнадежность и самообвинение. Если, как гласит реклама, ты «можешь это сделать сам», то чья вина, если ты этого не сделал?

Поэтому с помощью социального саморазрушающего поведения, чтобы защитить самоуважение, люди порой создают себе препятствия, находя оправдание неудачам¹²¹. Боясь неудачи, люди сами строят себе препятствия, например, развлекаясь полночи на вечеринке перед важным собеседованием по устройству на работу или играя на компьютере перед экзаменом вместо того, чтобы готовиться к нему.

*

Особой разновидностью десоциальной активности является *десоциальное аддиктивное поведение*. Термин «аддиктивное поведение» происходит от английского понятия «addiction» и

¹²¹ Майерс Д. Социальная психология /Пер. с англ.— СПб., 1999.— С. 95—98.

обозначает тягу, пристрастие, пагубную привычку, порочную склонность к чему-либо.

Формула аддиктивного поведения очень проста:

$$\boxed{S — S \Rightarrow S — O}$$

Субъект-субъектная связь замещается субъект-объектной. В основе любой формы аддиктивного поведения лежит именно данный феномен.

Любой человек, по большому счёту, счастлив лишь тогда, когда его кто-то любит и когда он кого-то любит. Чем глубже и многочисленнее субъект-субъектные связи, тем более защищённой, более осмысленной, более наполненной и счастливой ощущает свою жизнь человек. Никогда и ни при каких условиях телевизор, алкоголь, наркотики, работа и даже книги не заменят радости общения с другим человеком.

В этом и заключается проблема. Нет ничего в жизни человека большего, чем любовь, дружба, привязанность. Нет ничего большего, чем та особая связь между людьми, которую великий еврейский философ Мартин Бубер назвал: «Я — Ты». К сожалению, многие люди слишком поздно это понимают. Врачи чаще, чем кто-либо, сталкиваются со смертью и лучше, чем кто-либо, знают, когда человек умирает, он не вспоминает оконченные институты и занимаемые должности, свою квартиру и машину, свою защищённую диссертацию и полученные награды. Он вспоминает людей, которых любил и людей, которые любили его, он хочет видеть в последние минуты рядом с собой своих близких — и если о чём-то и жалеет, расставаясь с жизнью, то только о них.

Нет ничего в жизни равноценного любви к другому человеку, и нет ничего более сложного. Подростку, который только вступает в жизнь, установить такие связи, особенно если он не получил семейного опыта, достаточно сложно. Нужна достаточно высокая самооценка, чтобы не «раствориться» в другом человеке, и достаточно высокая оценка другого человека, чтобы не «растворить» его в себе.

Очень хорошо известно, что в тех случаях, когда субъект-субъектные связи по тем или иным причинам не сформированы

или разрушены, человека практически ничто не держит в этой жизни — и он готов раствориться в работе, вине или небытии. При этом если с помощью суицидального поведения человек уходит *из жизни*, то с помощью аддиктивного поведения человек уходит *от жизни*.

Все разновидности аддиктивного поведения можно разделить на: субстанционные формы, связанные со злоупотреблением различными психоактивными веществами (то, чем собственно занимается наркология и о чём речь пойдёт ниже), и несубстанционные формы, связанные со злоупотреблением и зависимостью от различных видов активности и деятельности.

Если несубстанционные аддикции представляют проблему скорее психологическую, личностную, социальную, то субстанционные аддикции, к сожалению, часто приводят к более печальным биологическим последствиям, которые сказываются не только на отдельном индивиде, злоупотребляющем или зависимым от какого-либо вещества, но и на его детях, а иногда и на здоровье целых наций.

Ц. П. Короленко считает, что если в обычных условиях нормальные люди используют те или иные предметы достаточно утилитарно, то при аддиктивном несубстанционном поведении они становятся более значимыми, приобретают как бы «одушевлённый» характер. Вся та гамма эмоциональных переживаний, которая у нормального человека проецируется на «другого», у подростка с аддиктивным поведением проецируется и замыкается на «другое», что и лежит в основе формирования десоциальной активности.

К несубстанционным формам аддиктивного поведения относятся: патологический уход в работу или учёбу (трудоголизм, лэрнинг), патологическая страсть к играм (гэмблинг), сексуальные аддикции (донжуанизм, фетишизм, вуайеризм, трансвестизм и др.), нарциссические формы аддиктивного поведения (любовь к собственному телу), зоомания, патологические увлечения различными видами деятельности или хобби.

Сам термин «трудоголизм» (workaholism) — созвучен с термином «алкоголизм», и это сходство не случайно. Уже подчёркивалось, что в основе и субстанционных и

несубстанционных форм аддиктивного поведения лежат одни и те же психологические корни.

Взрослый уходит от жизни в работу, ребёнок и подросток уходят от жизни в учёбу (лэрнинг). Только там находят они единственный источник удовлетворения, только там они переживают самые сильные положительные эмоции.

Подростки, патологически увлечённые учёбой, на первый взгляд, не представляют никаких проблем для окружающих лиц (родителей и педагогов). Они полностью поглощены занятиями, старательно готовят домашние задания, во всем, что касается учёбы и получения знаний, стремятся к совершенству. Но, если взглянуть на проблему глубже, мы поймем, что за подобными, внешне мягкими, социально одобряемыми, удобными для окружающих формами поведения в большинстве случаев лежит грубая форма нарушений межличностных отношений, и, если педагог не озабочен только показателями успеваемости и посещаемости,— при подобном поведении подростка ему следует бить тревогу не меньшую, чем в случаях злоупотребления алкоголем и наркотиками.

Как правило, эти нарушения корнями уходят в детско-родительские отношения. Подросток, который не получает в семье так называемой «базовой родительской любви», которого родители не любят, исходя только из самого факта его существования, вынужден постоянно доказывать окружающим свою ценность, а себе — самооценку посредством сверхусилий в тех областях, которые, как он замечает, особенно ценятся взрослыми: аккуратность, исполнительность, успехи в учёбе, примерное поведение. Тем самым он, конечно, при наличии способностей добивается благорасположения учителей, но:

1) он не добивается того результата, ради которого и затеял всю эту многолетнюю игру. Невозможно купить любовь (в том числе и родительскую);

2) он не получает навыков межличностного общения в кругу сверстников, так как последние негативно относятся к подобного типа подросткам, называя их «зубрилами», «выскачками» и т.п. Получается, что подросток не только не «покупает» любовь родителей или лиц их замещающих, но и теряет дружбу и привязанность сверстников;

3) он резко обедняет свою жизнь.

Учёба — это ещё не вся жизнь, даже в подростковом периоде, а тем более в зрелом возрасте. Как может нормально, в социальном смысле, функционировать человек, если он умеет только блестяще учиться? Можно, конечно, окончить два или три института, можно поступить в аспирантуру, но рано или поздно человеку не удастся «отвести глаза» от своего одиночества. И не скажет ли он тогда словами Фауста: «Я богословьем овладел, над философией корпел, юриспруденцию долбил и медицину изучил. Однако я при этом всё́м был и остался дураком... Не нажил чести и добра и не вкусил, чем жизнь остра. И пёс с такой бы жизни взвыл!»¹²². И не потянется ли у него тогда, как и у Фауста, рука за спасительным бокалом с отравой — только появится ли рядом хор ангелов, чтобы эту руку отвести?

Совет педагогам и психологам: обращайтесь внимание на детей, злоупотребляющих учёбой: в их маленьких душах всё совсем не хорошо. Грустно, если ценность ребёнка определяется лишь примерностью его поведения, успеваемостью, способностью учиться в престижной школе и знанием иностранного языка. В основе данной формы аддиктивного поведения так же, как и в основе всех других форм, лежит глубокое и грубое нарушение так необходимых подростку субъект-субъектных связей.

Патологическая страсть к азартным играм (гэмблинг) — явление также достаточно распространённое в подростковой среде и всегда справедливо настораживающее педагогов и психологов.

Согласно американскому руководству по классификации психических расстройств (DSM-III-R) основной чертой патологического гэмблинга является «хроническая и прогрессирующая неспособность сопротивляться желанию участвовать в азартных играх, которое компрометирует, разрушает или повреждает личные, семейные или профессиональные интересы. Участие в азартных играх, стремление к нему и активность в этом направлении усиливаются в периоды стресса. Проблемы, возникающие как результат гэмблинга, ведут к интенсификации участия в

¹²² Гёте И.Ф. Фауст. — М., 1960. — С. 55—56.

азартных играх»¹²³.

В русской культуре эти феномены с мельчайшими психологическими нюансами были неоднократно описаны лучшими писателями, такими как Пушкин, Достоевский, Булгаков.

В последние десятилетия в связи с распространением игровых автоматов и компьютерных игр значительно облегчился уход подростков от реальности. В США в настоящий момент количество «проблемных гэмблеров» колеблется от 4 до 10 миллионов человек. Многие американские исследователи считают азартные игры серьёзной социальной проблемой, представляющей угрозу для части населения. Уже к 1984 году, по данным Майер, в 17 городах США были организованы группы «самозащиты» от азартных игр, образованные по принципу Общества Анонимных Алкоголиков»!

Проявления гэмблинга очень многообразны. В младшем подростковом возрасте — это злоупотребление компьютерными играми, которое представляет угрозу не только для психического, но и для физического здоровья. В старшем подростковом возрасте, в юности — это карты, игровые автоматы. Мне приходилось наблюдать за поведением подростков в залах игровых автоматов. Можно было догадаться, что проводят они здесь время не первый день и не первую неделю. Они знали досконально все аппараты и многие из них даже называли по имени. Они давали им, как одушевлённым существам, характеристики: «этот жадный», «этот хитрый», «этот ещё не наелся». Во время игры подросток не замечал ничего происходящего вокруг, все его эмоции были связаны с бесчувственным металлическим ящиком, который он мог уговаривать, благодарить, ругать и даже пинать. За возможность продолжить игру в случае нехватки денег они долго унижались перед другими подростками, прося займы, а если не получали, то просто смотрели, как другие «наслаждаются жизнью».

Мне приходилось также наблюдать и другие ситуации, которые наглядно показывают суть гэмблинг-аддиктивного

¹²³ Diagnostic and statistical manual of mental disorders.—3d ed., revised (DSM-III-R).—Washington: Amer. Psychiat. Ass., 1987.— P. 218.

поведения. Я помню случай 13-летней девочки из внешне благополучной семьи, которую меня попросили проконсультировать в связи с её, казалось бы, патологическим воровством. Девочка неоднократно на протяжении короткого времени воровала достаточно крупные суммы денег у родителей, за что неоднократно бывала наказана, но тем не менее не прекращала красть деньги.

Во время беседы с подростком выяснилось, что девочка воспитывается в деформированной семье. Мать умерла, старший брат воспитывается в семье прародителей, а девочка живёт с отцом, мачехой и сводным братом. Мачеха психологически не приняла ребёнка мужа от первого брака, и ситуация ещё более ухудшилась после рождения совместного ребёнка. Когда встал простой вопрос (на который родители похоже так и не добились ответа), что же она делала с деньгами, выяснилось, что девочка все тратила на лотерейные билеты. Она горячо верила, что рано или поздно ей удастся выиграть крупный приз, который она отдаст папе с мачехой, чтобы те *за это* хоть немного больше её любили...

Приз, конечно, не выигрывался — и девочка опять крала из дому деньги (ещё большую сумму), надеясь, что на этот раз ей обязательно повезёт и она отдаст и те деньги, которые взяла раньше, и те, которые выиграет.

Сексуальные аддикции встречаются и в подростковом и в зрелом возрасте. Между подростками как разного, так и одного пола могут существовать различные формы отношений. Это могут быть чисто сексуальные отношения, когда подростки не столько «занимаются сексом», сколько «играют в секс». Таких партнёров может быть достаточно много — и, если подросток достаточно грамотен в плане предупреждения беременности (в силу биологических и социальных факторов подросток ещё не в состоянии иметь детей) и венерических заболеваний, на подобные отношения можно тихо закрывать глаза, не освобождая им при этом, конечно, свою спальню. О раннем начале половой жизни можно говорить в 10 лет. В 18 лет можно говорить уже о позднем начале половой жизни.

Между подростками могут существовать и существуют дружеские отношения, которые могут сочетаться или не

сочетаться с сексуальными, которые могут вырастать из сексуальных отношений или перерасти в них. И между подростками может существовать любовь, когда другому человеку хочется дать больше, чем от него взять. Вся эта система отношений достаточно сложно переплетена, она очень специфична и в силу возрастных особенностей подростков доставляет иногда массу проблем родителям, педагогам и всем окружающим.

Как бы то ни было, самое главное — не забывать, что грубое вмешательство именно в систему межперсональных отношений подростков может служить одной из причин формирования как аддиктивного, так и суицидального поведения.

Многие педагоги и психологи могут привести примеры парного самоубийства или хотя бы попытки влюблённых, не выезжая в далёкую экзотическую Японию. О современных Ромео и Джульеттах уже неоднократно сообщали различные средства массовой информации.

Самый оптимальный вариант не только для подростка, но и для любого взрослого, когда рядом есть человек, по отношению к которому можно проявить всю гамму своих чувств. Если это невозможно по тем или иным причинам — самый неблагоприятный вариант, когда подросток (особенно девушка) прочно фиксирует навязанный ему стереотип: любовь—дружба—секс. При таком подходе, в случае если любовь по тем или иным причинам «не случилась», человек зависает в вакууме межперсональных отношений. Не умея или боясь дифференцировать систему межперсональных отношений, такие подростки выглядят особенно выпукло на общем фоне современной «прогрессивной» молодёжи, становясь особенно уязвимыми для различных форм девиантного поведения и нервно-психических заболеваний.

При проведении исследований, чем отличаются популяции подростков, злоупотребляющих психоактивными веществами (в том числе и наркотиками), от популяции подростков, не злоупотребляющих ими, выяснилось, что единственное достоверное отличие заключается в том, что последние любят слушать музыку и заниматься сексом.

Поэтому нельзя рассматривать отдельно взятый секс, в том числе и подростковый, как сугубо отрицательное явление. Никто

не спорит, что сам по себе бездуховный секс по меньшей мере скучен — и рано или поздно человек начинает искать партнёра, с которым хорошо не только в постели, но и вне её. Но не нужно забывать, что секс, хорошая техника секса рождает у подростка столь важное для него идентификационное половое чувство: «я хороший мужчина», «я хорошая женщина». Во многом именно этим определяется столь свойственное подростковому возрасту увлечение техническими аспектами секса и порнографической продукцией.

Однако при этом не нужно забывать и обратную сторону медали. При чисто сексуальных отношениях партнёр не рассматривается как человек, как личность со сложным внутренним миром. Сексуальный партнёр воспринимается как сексуальный объект и определяется не личностными, а техническими характеристиками.

Подобный компонент есть в любых межперсональных отношениях. Вопрос в преобладании. В тех случаях, когда вся гамма интереса к другому человеку (в основном противоположного пола) исчерпывается восприятием его как сексуального объекта, мы в праве говорить о формировании сексуального аддиктивного поведения. В тех случаях, когда подобные отношения вплетены в систему более сложных межперсональных отношений, перед нами вариант нормы.

При этом сексуальным объектом может быть не только другой человек, но и часть его одежды (*фетишизм*), например бельё, чулки, колготки, носовые платки. Особенностью фетишизма является то, что к контакту с самим человеком не только не стремятся, но и избегают его.

Одной из форм фетишизма является *пигмалионизм*, когда объектом аддиктивной фиксации становятся фотографии кумиров. Как вариант нормы встречается достаточно часто в младшем и среднем подростковом возрасте.

Другая, характерная для подростков, форма сексуального поведения, которая может перерасти в аддиктивное поведение — *вуайеризм*. Основной чертой вуайеризма является интенсивное, постоянно возвращающееся стремление к подглядыванию за неподозревающими об этом раздевающимися или находящимися в интимных отношениях людьми.

Большинство из вышеперечисленных форм сексуального поведения сами по себе не являются патологическими и становятся ими лишь в том случае, когда полностью вытесняют все другие формы и приводят к существенному нарушению социального функционирования подростка.

В случаях выявления подобных форм поведения ни в коем случае нельзя предавать их широкой огласке, а если не удалось этого избежать, следует предложить любому из окружающих «первому бросить камень, кто без греха». В большинстве случаев подобное поведение носит преходящий характер, но, будучи выставлено напоказ, может существенно отразиться на дальнейшей судьбе подростка и на отношении к нему.

Нарциссическое аддиктивное поведение характеризуется тем, что объектом привязанности, не только у подростков, но и у взрослых, становится собственное тело, собственная внешность, в более редких случаях — собственная психика или интеллект.

У подростков мужского пола данная форма аддиктивного поведения находит своё выражение в чрезмерном увлечении различными силовыми видами спорта, в частности атлетизмом, бодибилдингом и культуризмом. У подростков женского пола — в чрезмерном увлечении шейпингом, аэробикой, диетами, косметикой и нарядами. Весь смысл жизни, все интересы подростка фиксируются исключительно на одной теме, всё подчинено одному стремлению.

Происходит существенное обеднение структуры личности: подросток может часами напролёт обсуждать, как правильно «качать» какую-либо мышцу, но сразу же становится скучным и неинтересным собеседником, как только затрагиваются темы, не связанные с его увлечением.

Нет ничего плохого в том, что Арнольд Шварценеггер является абсолютным кумиром для таких подростков, но не следует забывать, что подобный «однобокий» подход к жизни не может пройти безболезненно для личности. В знаменитом автобиографическом фильме «Качая железо» Арнольд Шварценеггер мимолётно признаётся, что не смог съездить на родину на похороны своего отца из-за важных выступлений, перед которыми он не мог себе позволить сильных переживаний, чтобы не потерять «психологическую» форму.

О какой степени нарушений субъект-субъектных связей нужно ещё говорить, чтобы понять всю суть аддиктивного поведения. Подростки мужского пола зачастую с целью наращивания мышечной массы принимают гормональные препараты, заведомо зная, что в дальнейшем это скажется на их мужской потенции и они не смогут вступить в нормальные сексуальные отношения с женщиной.

При этом необходимо помнить, что аддиктивное поведение, являясь само по себе девиацией, различается по степени «патологичности» и опасности — как для физического, так и для психического здоровья. Без всякого сомнения для подростка с нарушениями межперсональных связей более прогностически благоприятным будет злоупотребление атлетизмом, нежели злоупотребление наркотиками или гэмблинг.

Зоомания (патологическая любовь к животным) среди подростков встречается сравнительно нечасто. Данная форма аддиктивного поведения относится к одной из наиболее благоприятных, несмотря на то что сохраняет в своей структуре все основные черты аддикции, и встречается преимущественно в пожилом возрасте.

В пожилом возрасте многие межличностные связи по естественным причинам ослабевают или рвутся: сверстники постепенно уходят из жизни, дети вырастают и разъезжаются, человек лишается возможности компенсировать недостаток общения даже работой из-за выхода на пенсию. Жизнь сводится к просмотру телевизора, даче и во многих случаях — домашним животным, которые компенсируют пожилому человеку потребность в любви и привязанности. Понятно, что было бы лучше, если бы прародителей окружали заботливые дети и внуки, но, если это по тем или иным причинам невозможно, любовь к животным является одной из самых «светлых» форм аддиктивного поведения, несмотря на то что в своих гипертрофированных вариантах может не только вызывать улыбки соседей, но и доставлять им определённое беспокойство. Хорошо, если собачка или кошка одна, а если их больше десятка?

У некоторых подростков женского пола мне приходилось наблюдать несколько преувеличенную привязанность к тем или

иным животным именно в тех случаях, когда межличностные контакты и адаптация в коллективе сверстников была по тем или иным причинам затруднена. Как правило, это девушки с высокими запросами, которые с юмором и долей грусти замечают, что таких красивых, умных и благородных созданий, как, например, лошади, среди юношей им, к сожалению, пока не встречалось.

В литературе можно найти примеры того, как любовь к животным может приобретать гротескные варианты, когда любимому животному завещаются целые состояния, на день рождения любимой собачки устраивается праздничный выезд с приглашёнными друзьями (собаками) на яхте в океан и т.п.

В принципе, в основу аддиктивного поведения может лечь любой вид поведенческой активности, если он полностью заполняет собой смысловое ядро личности, постепенно замещая более сложную систему межперсональных отношений. Так, в аддикцию постепенно могут перерасти различные хобби (филателия, нумизматика, библиофилия и другие виды коллекционирования) и увлечения (рыбалка, охота, спорт и т.п.).

Каждый нормальный подросток собирает значки, марки, модели автомобилей, но вся эта деятельность гармонично вплетается в его жизнь, не заслоняя и не замещая её. В тех случаях, когда один вид деятельности начинает приобретать для подростка сверхценное значение, захватывая, подобно раковой опухоли, всё новые пласты личности, есть смысл заподозрить возникновение феномена аддиктивного поведения и задуматься о его глубинных корнях.

Глава 2

Хроническое самоотравление

*

Учёные (в первую очередь врачи) давно уже заметили, что у некоторых взрослых мужчин в результате неумеренного употребления алкогольных напитков иногда возникают серьёзные нарушения психической деятельности¹²⁴. Только-только за последние двести лет им удалось установить непосредственную связь между этими психическими нарушениями и приёмом алкоголя, как пришла новая беда: серьёзные поведенческие и психические нарушения, вызванные злоупотреблением и зависимостью от алкоголя и других психоактивных веществ, фиксируются у всё большего числа подростков. Для многих эта проблема стала неприятной неожиданностью. Алкоголь, являющийся в большинстве культур приемлемым и даже часто поощряемым (если не обязательным) атрибутом общения и отдыха, проникнув в подростковую популяцию, оказывает на неё то же разрушительное воздействие, которое он оказывает на культуры, не имеющие многовекового предварительного опыта общения с алкоголем (народы севера, американские индейцы). Именно на этих примерах мы можем наблюдать в чистом виде всю ту смертоносную опасность, которую заключает в себе алкоголь и другие психоактивные вещества для человека и общества в целом.

О том, что алкоголь опасен для жизни человека, было известно всегда. Описания самоотравления алкоголем найдены даже в Месопотамских таблицах, составленных около пяти тысяч лет тому назад: «Если человек выпил крепкое вино, его голова порожняя или он забывает слова, его речь становится спутанной, его ум блуждает и глаза имеют мутное выражение».

Примерно в начале XVII века стали появляться систематические свидетельства болезнетворного влияния алкоголя на психику. Сначала появились медицинские описания случаев патологического опьянения. Профессор медицины и

¹²⁴ Термин «хронический алкоголизм» ввёл шведский учёный М. Гусс, который в 1852 году опубликовал работу «Хронический алкоголизм, или Алкогольная болезнь».

замечательный эмпирик Платер сам спускался в монастырские кельи и подвалы, тюрьмы и места заключения, где наблюдал сотни психически больных. Его описания настолько живы, что, по крайней мере, одно из них сохранилось до настоящего времени как анекдот: именно он описал как клинический случай пьяницу, который, остановившись у источника, терпеливо ждал пока у него кончится акт мочеиспускания, принимая за него журчание воды.

В руководствах по психиатрии начала XX века вслед за казуистическими описаниями патологического опьянения появились описания алкогольной дегенерации и алкогольных психозов — белой горячки, алкогольного бреда, алкогольного галлюциноза. Быстро появились описания морфинизма и кокаинизма, хотя ещё в конце XIX века Фрейд невольно пострадал от своего неверного взгляда на эффективность и безопасность кокаина как болеутоляющего средства. Близкий товарищ и коллега Фрейда, принимавший кокаин по его совету как обезболивающее средство, стал первым кокаинистом в Европе и в дальнейшем покончил с собой.

Немногие знают, что знаменитая учебная поездка Фрейда к доктору Шарко в Париж, с которой принято отсчитывать начало его психотерапевтической деятельности, связана с необходимостью замять этот неприятный скандал. Точно так же немногие задумываются о том, что название самого страшного наркотика «героин» по иронии судьбы происходит от слова «герой» — победитель. Призванный побеждать болезни, героин в реальности победил миллионы людей во всём мире. Но что такое героин? Всего лишь белый порошок, горький на вкус. В большинстве стран мира на протяжении столетий общество законодательно запрещало самоубийство, наказывая за покушение на него, лишая родственников самоубийцы права наследования имущества, а самоубийцу — права достойного погребения. Сейчас в большинстве стран мира законодательно запрещено употребление героина. То есть мы предполагаем на сегодняшний день, что, если твёрдой рукой не остановить неразумное население, оно будет не в силах преодолеть свой самоубийственный импульс. Если это не так, то все наши законодательные акты, направленные на запрещение употребления героина, не менее глупы, чем запрещение

самоубийства. Если это так, то ситуация поистине плачевна.

На протяжении всего XX века продолжалось изучение влияния различных психоактивных веществ на человека, что привело к возникновению самостоятельной науки — наркологии. Начиная с 50 в мире и с 80-х годов в нашей стране (даже с учётом тенденции к замалчиванию негативных социальных явлений), наркологи стали обращать внимание и описывать многочисленные факты злоупотребления алкоголем среди подростков. В 1988 году ведущий специалист в области наркологии Пятницкая в монографию «Злоупотребление алкоголем и начальная стадия алкоголизма» включает главу «Алкоголизация детей и подростков», где среди прочих особенностей юных пациентов отмечает их общую склонность к разрушению, а не созиданию¹²⁵. Вслед за этим в 1989 году появляется работа киевских учёных «Наркомании у подростков»¹²⁶, и в 1991 году выходит первое специальное руководство для врачей «Подростковая наркология», в котором констатируется, что в нашей стране, начиная с 60-х годов, в подростковой популяции распространилось злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими токсическими веществами¹²⁷.

*

Общим для всех психоактивных веществ является то, что при попадании в организм они вызывают особые психические эффекты, которые становятся причиной их дальнейшего употребления, несмотря на явные негативные последствия в физическом, психическом и социальном функционировании.

Если перефразировать это классическое определение, то мы получим буквально следующее: общим для всех психоактивных веществ является то, что они вызывают явные негативные последствия в физическом, психическом и социальном функционировании, благодаря особым психическим эффектам, которые становятся причиной их дальнейшего употребления.

¹²⁵ Пятницкая И. Н. Злоупотребление алкоголем и начальная стадия алкоголизма. — М., 1988. — С. 29.

¹²⁶ Наркомании у подростков /В. С. Битенский, Б. Г. Херсонский, С. В. Дворяк, В. А. Глушков. — Киев, 1989. — 216 с.

¹²⁷ Личко А. Е., Битенский В. С. Подростковая наркология: Руководство. — Л., 1991. — 304 с.

Согласимся, что поведение, направленное на ухудшение физического, психического и социального функционирования, иначе как влечением к смерти (авитальной активностью) назвать и нельзя.

Мы уже говорили о том, что витальная активность обусловлена негативными эмоциональными состояниями, которые надёжно оберегают живой организм от соблазна максимально коротким путём перейти из напряжённого болезненного состояния бытия в безболезненное расслабленное состояние небытия. Состояние напряжения и негативные эмоции, связанные с ним, каждый вид живых существ уменьшает таким видоспецифическим образом, чтобы процесс снижения напряжения и удовольствия способствовал продолжению жизни и сохранял для этой цели организм необходимое время.

Психоактивные вещества, непосредственно воздействуя на глубинные отделы мозга, отвечающие за этот процесс, частично или полностью подавляют негативные эмоции и блокируют поведение, направленное на сохранение жизни. Троянский конь авитальной активности через шприц или рюмку алкоголя свободно проникает в кровь и мозг. Мы видим, как на наших глазах человек физически и психологически заживо разлагается. На это «безобразие» способна лишь очень высокоорганизованная центральная нервная система человека, «величием» которой мы не устаём гордиться.

Итак, в соответствии с медицинским критерием все химические вещества, способные изменять сознание и вызывать описанные ниже эффекты, называются *психоактивными*, то есть они активно воздействуют на психику таким образом, что становятся причиной их дальнейшего немедицинского употребления. На сегодняшний день описаны следующие основные эффекты психоактивных веществ:

- *эйфоризирующий эффект* — способность создавать иллюзорное ощущение радости, блаженства, счастья, отрешения от всех тревог и забот (типичный представитель данного класса веществ — героин и другие опиаты);

- *седативный эффект* — способность успокоить, снять напряжение, тревогу, страх (алкоголь, транквилизаторы);

- *психостимулирующий эффект* — повышение работоспособности, энергичности, выносливости (кокаин,

фенамин, кофеин);

- *галлюциногенный эффект* — способность вызывать состояния изменённого сознания с иллюзорными и галлюцинаторными переживаниями и видениями (ЛСД).

Другой важный критерий, кроме медицинского, когда речь заходит о психоактивных веществах, — *социальный*. Большинство *трезво* мыслящих людей сходятся в том, что в принципе употребление всех психоактивных веществ запретить полностью невозможно. Мы только можем использовать меры социального воздействия по отношению к тем психоактивным веществам, употребление которых представляет непосредственную угрозу не только для отдельного человека, но и для общества в целом.

Например, на Ближнем Востоке существует традиция употребления листьев растения кат. Их жуют в свежем виде во время встреч с близкими друзьями, и они обладают лёгким психостимулирующим эффектом. Психоактивное вещество, содержащееся в листьях кат, очень нестойкое и быстро разрушается при транспортировке. Это растение не представляет на данный момент существенной социальной опасности, несмотря на то что является источником психоактивного вещества. Точно так же не представляют большой социальной опасности психоактивные вещества, содержащиеся в чае, кофе или табаке. Другое дело — такие психоактивные вещества, как героин, кокаин, марихуана. Считается, что злоупотребление этими веществами реально может привести к серьёзным социальным последствиям.

Поскольку психоактивные вещества различаются на те, употребление которых допустимо, и те, употребление которых считается недопустимым, меры социального воздействия по отношению к этим двум группам веществ должны несколько отличаться. Например, употребление алкоголя в умеренных количествах в большинстве стран считается культурно приемлемым феноменом. При этом практически всегда имеется определённый возрастной ценз, которым общество ограничивает употребление спиртных напитков. Даже в Древней Греции юношам до достижения определённого возраста не разрешалось употреблять алкоголь.

В России традиционно считается допустимым начало

употребления спиртных напитков, начиная с 16 лет. Предполагается, что с этого момента употребление спиртных напитков подростком допустимо, но должно находиться под контролем родителей или более старших лиц, которые обеспечивают контроль за количеством и качеством употребляемого алкоголя. Но только с 21 года молодой человек, вступая в самостоятельную жизнь, получает право регулировать употребление алкоголя, имея возможность свободно покупать его.

Профилактика употребления, злоупотребления и зависимости от алкоголя с помощью полного запрета производства и продажи спиртных напитков показала свою неэффективность и в настоящее время практически не используется. Запрещающая модель по отношению к алкоголю использовалась во многих странах. Наиболее известный пример — «сухой закон» в США в 1921—1932 годах. Социальные проблемы, связанные с запретом на употребление алкоголя, быстро перевесили социальные проблемы, связанные с употреблением и злоупотреблением им. А если смотреть правде в глаза, общество просто не смогло законодательно повлиять на употребление алкоголя. Запрет на легальную продажу алкоголя привёл к его подпольному распространению, прибыли от которого пошли на создание своеобразного государства в государстве с теневой экономикой и политикой.

Меры социального воздействия по отношению к веществам, употребление которых недопустимо и социально неприемлемо, строятся по одному принципу: включается третий критерий — юридический, в соответствии с которым все психоактивные вещества делятся на *наркотические* и *ненаркотические*.

Наркотик — это психоактивное вещество, за изготовление, хранение, продажу и употребление которого в соответствии с законодательством предусматривается уголовная ответственность. Если завтра героин исключат из списка наркотических препаратов, то послезавтра аптеки и продуктовые магазины будут биться в конкурентной борьбе за право его продажи. Если завтра чай как психостимулятор отнесут к наркотическим веществам, то послезавтра вас могут арестовать на улице всего за несколько чаинок в вашем кармане. Каждые

четыре года комиссия ВОЗ по наркотикам тщательно взвешивает свои рекомендации по отнесению того или иного вещества к списку наркотических. Затем государства — члены ВОЗ — принимают её рекомендации и формулируют на этом основании свои законодательные акты.

Справедливо считается, что одной из причин тяжелейшей наркоситуации, сложившейся в последние годы в нашей стране, является несовершенство законодательной базы профилактики наркомании и борьбы с наркобизнесом на федеральном и региональных уровнях. Ни один из действующих законов и подзаконных актов не исполняется в полном объёме.

Вступивший в действие в начале 1998 года Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» и принятые в соответствии с ним постановления Правительства и другие подзаконные акты многих проблем не решают и не могут решить. Хотя со дня вступления в силу этого закона прошло почти 3 года, многие его правовые нормы начали действовать только в последнее время, а некоторые до сих пор остались провозглашёнными, но не действующими. Это связано с тем, что не завершена разработка и принятие всего необходимого пакета подзаконных актов, а также с тем, что не внесены необходимые изменения в другие законы, в том числе Уголовный и Уголовно-процессуальный кодексы и в Кодекс об административных правонарушениях. Только в 1998—1999 годах в развитие указанного Федерального закона Правительством Российской Федерации принято 8 постановлений, которыми решаются конкретные вопросы, связанные с противодействием незаконному обороту наркотиков (лицензирование, правила допуска к работе, установление государственных квот на производство и др.).

По отношению к наркотикам запрещающая модель до настоящего времени остаётся одним из основных инструментов профилактики.

*

В США среди последних методов профилактики злоупотребления наркотиками используется вариант запрещающего метода, называемый «нулевой толерантностью». Суть метода — атака на спрос на наркотики и ответственность

наркоманов за их роль в распространении наркотиков. В рамках этой политики, которая активно стала распространяться в 80—90-х годах, по постановлению суда изымаются из частной собственности машины, суда, яхты, если в них находят хотя бы малую дозу наркотического средства.

В рамках метода «нулевой толерантности» Эдвин Миз III, министр юстиции в кабинете Рональда Рейгана, призвал подвергнуть тесту на наркотики всех рабочих и служащих в стране, при этом положительные тесты означали бы немедленное увольнение. Согласно Мизу, политика нулевой толерантности при тестировании — абсолютная необходимость в решении проблемы злоупотребления наркотиками.

Противники этого метода утверждают, что подобная система требует значительных материальных, административных и судебных издержек, однако не думается, что этот аргумент имеет серьёзное значение. Можно сослаться на пример использования метода нулевой толерантности в профессиональном спорте по отношению к допингам. Никто не станет отрицать, что система допинг-контроля и жёстких санкций по отношению к спортсменам за использование допинга на любом этапе спортивной карьеры существенно повлияла на их популярность среди спортсменов и тренеров, хотя и требовала в своё время «значительных материальных, административных и судебных издержек».

До тех пор пока общество в целом будет уважительно относиться к многомиллионным состояниям, нажитым на торговле наркотиками, и крайне пренебрежительно к различным экологическим и «гринписовским» организациям, на голом энтузиазме борющимся с опасными для человечества тенденциями, мы можем диагностировать общее преобладание авитальной активности над витальной и относить себя к вымирающему биологическому виду.

В отношении подростков система запретов и метод нулевой толерантности сталкиваются с определёнными трудностями, связанными с отсутствием возможности подвергнуть подростка какому-либо уголовному наказанию. До 14 лет подростки не несут уголовной ответственности, какие бы правонарушения они не совершали. За систематическое злоупотребление алкоголем,

наркотическими и ненаркотическими психоактивными веществами подростки младшего возраста могут быть по решению комиссии по делам несовершеннолетних направлены в специальные воспитательные интернаты. Подростки в возрасте от 14 до 16 лет подлежат уголовной ответственности только за хищение наркотических средств, если это хищение совершается путём кражи, разбоя или грабежа. Только за правонарушения, совершённые с момента исполнения 16 лет, подростки несут полную ответственность по всем статьям уголовного кодекса.

И тем не менее административные санкции вполне возможны и могут стать надёжной опорой в борьбе со злоупотреблением и распространением наркотических препаратов среди подростков. Тестовый контроль за использованием подростками наркотических препаратов мог бы реально ограничить возможность использования этих веществ подростками, включёнными в ту или иную социально-административную систему (школа, техникум, колледж, институт и т.п.). В Соединённых Штатах на сегодняшний день 80—90% фирм используют тестовый контроль на употребление наркотиков при приёме на работу.

*

С моей точки зрения, именно родители должны явиться тем микросоциальным институтом, который может и должен взять на себя роль проводника политики нулевой толерантности.

При работе с подростками, злоупотребляющими и имеющими зависимость от наркотиков, выясняется, что в подавляющем большинстве случаев родители информированы о том, что подросток использует различные психоактивные вещества с целью изменения своего психического состояния. Во многих случаях родители вынуждены сами финансировать покупку наркотических препаратов, так как большинство подростков не имеют самостоятельного источника дохода и родители опасаются, что, в случае отказа выдать деньги, подросток может пойти на совершение уголовно наказуемых деяний. В других случаях родители вынуждены расплачиваться за долги, в которые «влезает» их сын или дочь, для избежания дальнейшего скандала и огласки. Основным мотивом подобного

поведения со стороны родителей является страх огласки и нежелание «выносить сор из избы».

Метод нулевой толерантности должен предусматривать крайне жёсткое психологическое отношение к подростку в том случае, если он начинает использовать наркотические препараты. По моим наблюдениям метод нулевой толерантности, используемый родителями, является одним из самых эффективных способов профилактики и блокады субстанционного аддиктивного поведения. Только в тех случаях, когда у родителей хватает мужества на самые жёсткие меры, связанные с началом и продолжением употребления наркотиков, мне удавалось видеть реальные результаты. В тех случаях, когда родители идут на поводу у своих детей, пытаясь использовать методы уговоров, призывы к «здравому смыслу», бесконечное количество раз оплачивают дорогостоящее лечение и всё возрастающие долги — эффект близок к нулю.

Подросток, использующий аддиктивную модель поведения и получающий финансовую поддержку со стороны родителей, не только ничего не теряет в конечном счёте, а, как это ни парадоксально, только приобретает. Он получает удовольствие и от употребления наркотических препаратов, и от возможности постоянно быть в центре внимания, вызывая у окружающих чувство озабоченности и какую-то патологическую гипертрофированную любовь. Многие родители никогда в жизни не обращали на своих детей столько внимания, сколько они начинают обращать на них после начала употребления наркотиков.

Примером верного отношения к злоупотреблению наркотиками может служить женщина, два старших сына которой несколько лет «сидели у неё на шее», а она безуспешно пыталась наставить их на путь истинный, поднимая при этом ещё и младшую дочь. В конце концов, когда она почувствовала, что физические и психологические силы полностью оставляют её, она заявила своим сыновьям, что вырастила их, выкормила и возможности заботиться о них дальше у неё нет. «У меня ещё есть дочь — и её нужно поднимать, а вы идите на все четыре стороны и делайте что хотите, — твёрдо сказала она им. — Если вы голодные приползёте к моим дверям, то я вынесу вам в

подъезд тарелку супа, а на большее не рассчитывайте». В течение полугода оба сына прекратили употребление наркотиков, один из них устроился на работу, а другой даже возобновил учёбу в институте, которую давно уже забросил.

Помогая многим наркоманам и видя, как родители нежно заботятся о них, я всегда с горькой усмешкой говорю им, что мне самому, глядя на всё это безобразие, хочется стать наркоманом, лишь бы обо мне кто-нибудь так заботился.

Родители боятся, что, оттолкнув своего ребёнка, они тем самым погубят его. Такой шанс теоретически есть — это нужно честно признать (хотя реально с такими примерами я не встречался). Подросток, предоставленный самому себе, без средств к существованию может опуститься на социальное дно и есть шанс, что он оттуда не «вынырнет». Только нужно помнить, что наркотики погубят ребёнка в сто крат вернее. Предоставив подростку право самому отвечать за все последствия своего поведения, родители дают ему шанс самому встать на ноги. Продолжая нести его по жизни на руках, они полностью лишают его такого шанса, потому что чем дольше продолжается такая псевдогуманная поддержка, тем меньше шансов у подростка когда-нибудь самостоятельно держаться на своих ногах без поддержки родителей и наркотиков.

Если родители заметили, что подросток начал употреблять наркотики, метод нулевой толерантности предусматривает полную блокаду какой-либо психологической, материальной и социальной поддержки. Для младших подростков: возможность переночевать, необходимая одежда и еда — и полное невмешательство в возможные негативные последствия, связанные с употреблением наркотиков. Необходимо много мужества, чтобы выдержать всё это, но аппендицит нельзя вылечить терапевтически, поглаживая больное место и приговаривая: «Потерпи, может быть, всё обойдётся». Наркотики — это психологический рак и требуют экстренных жёстких мер терапии.

Как только подросток в достаточной степени столкнётся с проблемами, связанными с его аддиктивным поведением, он сам обратится за помощью. Многие подростки месяцами и годами на родительские деньги злоупотребляют психоактивными

веществами, даже не подозревая о своей зависимости от них, так как у них всегда есть средства для покупки новой дозы. Только лишение родительской поддержки зачастую впервые даёт им возможность осознать насколько серьёзны их проблемы и самим обратиться за помощью. Ни один врач не может вылечить наркомана или алкоголика, если этого хотят его мать, отец, жена, муж или друзья, но не желает он сам. Если подросток сам попросит о помощи — необходимо ему эту помощь оказать, чего бы это ни стоило, но единственный смысл такая помощь будет иметь только в одном случае, если подросток и, что самое главное, родители будут твердо знать: эта помощь — последняя. Если подросток интуитивно, «нюхом» почувствует, что родителей можно будет «раскручивать» и дальше, единственное чего можно добиться — это согласия пройти курс лечения за их счёт, чтобы «омолодиться», понизить дозу вещества, необходимую для достижения желаемого эффекта, и начать всё сначала, в твёрдой уверенности, что, когда снова станет плохо, родители опять помогут.

Как только подросток преодолевает физическую зависимость («ломку»), в его сознании сразу же начинает вращаться мысль, что теперь он стал умнее и будет употреблять наркотик «по-умному». В глубине души он знает, что это невозможно, но всё равно попытается попробовать — практически в ста процентах случаев.

Наркотики, особенно героин, вызывают тяжёлое психическое заболевание: они как бы раскалывают психику человека на две никак не связанные между собой части. Люди, тесно сталкивающиеся с подростками, злоупотребляющими и зависимыми от наркотиков, хорошо знают эту их особенность. С ними можно вести многочасовые беседы о вреде употребления наркотиков, они искренне убеждают вас в том, что «всё поняли», дают самые немыслимые клятвы, что «это больше никогда не повторится», но стоит им только выйти из дома — они тут же принимают тот же наркотик. Родители начинают проклинать все на свете и в первую очередь — своего ребёнка, наркотики и тех, кто допускает их распространение. Проклинать бесполезно. До тех пор пока наркотики будут оставаться одним из самых выгодных видов бизнеса, они будут распространяться, несмотря

на самые строгие юридические санкции. Поэтому наша задача не полагаться на социальные санкции и юридические запреты, которые, возможно, полезны, но не способны решить проблему. Наша задача — постараться понять проблему, взглянув на нее изнутри. Если мы косим траву, а она растёт, вытаптываем её, а она растёт, перекапываем землю, а она всё равно растёт — нужно в конце концов заинтересоваться её глубинными корнями (если мы, конечно, не страдаем глубокой степенью интеллектуальной недостаточности).

*

В целом поведение, связанное с использованием того или иного вещества, может быть рассмотрено в трёх плоскостях:

<i>употребление вещества</i>
<i>злоупотребление веществом</i>
<i>зависимость от вещества</i>

Под *употреблением психоактивного вещества* понимается нормальное, культурально приемлемое использование того или иного вещества, не вызывающее нарушений социального и биологического функционирования. Примером такого употребления является использование чая, кофе, алкоголя и некоторых других веществ.

Если я утром выпиваю кружку крепкого чая или кофе, это никоим образом отрицательно не сказывается на моём биологическом, психологическом и социальном функционировании. Наоборот, это повышает мою витальную активность, способность к концентрации внимания, работоспособность и выносливость.

Другое дело, если человек употребляет тот же чай или кофе в таких количествах, что это уже реально вредит его биологическому и социальному функционированию. Одна из моих пациенток (учитель) не могла уже провести сорока пяти минутный урок без того, чтобы не выйти в коридор и не выпить ампулу кофеина.

Критериями *злоупотребления веществом* в соответствии с американской классификацией психических расстройств DSM-4

являются:

- невозможность выполнять важные социальные обязательства в связи с приёмом того или иного вещества (например, систематические пропуски занятий, прогулы на работе, отсутствие заботы о детях, домашнем хозяйстве);
- периодическое употребление вещества в ситуациях, когда это опасно для жизни;
- проблемы с законом, связанные с употреблением вещества;
- продолжительное употребление вещества, несмотря на постоянные или регулярные социальные и межличностные проблемы, вызываемые или обостряемые этим веществом.

И наконец, есть группа психоактивных веществ, которые не только вызывают специфические психологические эффекты, которые могут привести к их употреблению и злоупотреблению, но и в процессе приёма встраиваются во внутренний обмен веществ таким образом, что дальнейшее нормальное биологическое функционирование становится невозможным без их систематического поступления в организм. Человек становится зависим от психоактивного вещества точно так же, как он естественным образом зависим от кислорода, тепла, воды или пищи. Удивительную в этом плане надпись я прочёл недавно на одной из стен дома: «Куришь, пьёшь — рабом помрёшь!». Очень мудро.

Критериями зависимости являются:

- заметное ослабление действия одинакового количества вещества при продолжительном приёме и нужда в увеличении количества принимаемого вещества для достижения желаемого эффекта;
- синдром отмены и необходимость приёма данного вещества для его облегчения или снятия;
- приём вещества в больших количествах или в течение более продолжительного периода, чем это предписано;
- устойчивое желание или неудачные попытки прекратить или сократить приём химического вещества;
- тратится очень много времени на действия, необходимые для приобретения химического вещества;
- из-за употребления химического вещества прекращаются

или уменьшаются занятия, связанные с общественной или профессиональной деятельностью, а также деятельность, направленная на отдых;

- *продолжительное употребление вещества, несмотря на вызываемые постоянные или регулярные физиологические или психические проблемы, вызываемые или обостряемые этим веществом.*

Не все психоактивные вещества встраиваются во внутренний обмен веществ и вызывают специфический синдром отмены (абстиненцию). Некоторые вещества, несмотря на способность вызывать изменения со стороны психики в момент интоксикации, не вызывают эффекта привыкания и не вызывают зависимости.

Современная международная классификация болезней выделяет девять классов психоактивных веществ, в которые сгруппированы сотни и тысячи психоактивных веществ, способных изменять наше сознание.

Принципиально выделяются следующие классы:

- 1) *алкоголь;*
- 2) *опиаты (производные опийного мака);*
- 3) *каннабидиды (производные конопли);*
- 4) *седативные и снотворные вещества;*
- 5) *кокаин;*
- 6) *стимуляторы, включая кофеин;*
- 7) *галлюциногены;*
- 8) *табак;*
- 9) *летучие растворители.*

*

По отношению к *алкоголю*, как и всем психоактивным веществам, используется три понятия, обозначающие возможные контакты человека с ними: *употребление, злоупотребление и зависимость.*

По имеющимся данным к восьмому классу алкоголь употребляют 75% мальчиков и 40% девочек, к десятому классу 90—95% подростков обоего пола. По данным анонимного анкетирования, проведенного в одном из крупных городов нашей страны, алкоголь употребляют 68,2% учащихся школ, 92,5% —

профессионально-технических училищ и 98,1% — техникумов. Не думаю, что за последнее время в этих цифрах произошли существенные изменения (по крайней мере в сторону уменьшения).

Таким образом, учитывая, что не нормой мы можем формально признать лишь то явление, которое распространено менее, чем у 5% представителей популяции, рассматривать употребление алкоголя подростками как не норму, как отклонение у нас нет никакой возможности. Подростки употребляют алкоголь. Ещё в 30-х годах проведенные исследования (Дейчман Э.И., 1927; Исакова А.И., 1929) показали, что и тогда в возрасте 8—11 лет 75% детей уже знали вкус алкогольных напитков, а 25% получали их систематически по праздникам. С времён возникновения православия на Руси обязательную ложку церковного вина во время причастия получали все дети. Авторы руководства по подростковой наркологии также не рассматривают раннее знакомство со вкусом алкоголя как фактор, способствующий последующему злоупотреблению им.

Надёжные эпидемиологические данные по злоупотреблению *алкоголем* среди подростков, к сожалению, отсутствуют. Имеются данные лишь по воспитанникам специализированных интернатов и подросткам-правонарушителям. Цифры эти достаточно высоки (порядка 30%), но делать на их основании выводы для всей популяции подростков не представляется возможным.

Мы знаем лишь те критерии, по которым можно определить начавшееся злоупотребление алкоголем у подростка:¹²⁸

- *употребление алкоголя в малознакомых компаниях и активный поиск ситуаций для выпивки;*
- *признаки противодействия со стороны своей компании сверстников;*
- *отсутствие рвоты после приёма больших доз алкоголя;*
- *признаки компульсивного влечения к алкоголю — желание напиться до «отключения»;*
- *употребление алкоголя в ситуациях, грозящих строгим*

¹²⁸ Личко А. Е., Битенский В. С. — Указ. изд. — С. 210.

наказанием;

- *появление после употребления алкоголя отсутствовавших ранее провалов в памяти (подросток не помнит некоторые моменты своего поведения в состоянии алкогольного опьянения);*
- *употребление суррогатов алкоголя в ситуации, когда подобное поведение унижает подростка перед сверстниками.*

Зависимость от алкоголя у подростков в случае её возникновения характеризуется теми же классическими признаками, как и любая другая зависимость: рост толерантности (способность переносить всё большие и большие дозы спиртного и потребность в них) и абстинентный синдром (физическое ощущение нехватки, компульсивная непреодолимая потребность в алкоголе). По данным отдаленных исследований, когда прослеживалась длительная динамика взаимоотношений подростков с алкоголем, зависимость от алкоголя к 18 годам формируется у 18—19% подростков, злоупотребляющих им.

Поскольку в своей работе я уделяю основное внимание глубинным психологическим корням феномена злоупотребления и зависимости от различных психоактивных веществ среди подростков, подробно останавливаться на клинических проявлениях и методах лечения зависимости от алкоголя я не буду.

Я только ещё раз хочу подчеркнуть ту мысль, что подросток, злоупотребляющий алкоголем и зависимый от него, не может и не хочет жить без него. Поэтому «отнятие» алкоголя и лечение зависимости ни в коем случае не решит проблемы в корне.

*

Не будет преувеличением сказать, что опиаты на сегодня составляют одну из самых серьёзных подростковых проблем. Количество подростков, злоупотребляющих опиатами, неуклонно растёт с каждым месяцем. Сами наркоманы относят опиаты к «тяжёлым» наркотикам из-за их способности вызывать сильнейшую физическую зависимость.

На чёрном рынке широко распространены две группы препаратов, содержащих опий,— это кустарным образом приготовленный опийных мак («ханка», «чернушка») и очищенный химическим способом героин («герасим»,

«герболайф», «герыч», «жесткая», «эйч»). Героин более ценится наркоманами и постепенно вытесняет кустарные препараты опия, так как способен вызывать более мощные изменения в сознании, является более очищенным, а также может вводиться в организм путём вдыхания, что позволяет избежать внутривенного введения.

Опиаты представляют огромную опасность для психического здоровья, так как обладают способностью вызывать эйфорию, не сравнимую ни с одним из положительных переживаний, которые может предоставить обычная жизнь. Никогда нормальный человек, не злоупотребляющий наркотиками, не сможет испытать то психоэмоциональное состояние, которое испытывает подросток, злоупотребляющий героином или другими опиатами. При полинаркомании, когда подросток злоупотребляет несколькими препаратами, опиаты, как правило, рано или поздно вытесняют все остальные вещества, включая алкоголь и никотин.

Серьёзность этой проблемы не должна недооцениваться. Не существует адекватной активности в «нормальной» жизни, которая могла бы давать подростку эквивалентную замену эйфории, переживаемой в момент наркотической опийной интоксикации. В подавляющем большинстве случаев подростки обращаются за медицинской помощью только в том случае, если даже гипердозы наркотика перестают вызывать эйфорию в связи с ростом толерантности, или тогда, когда у них отсутствуют финансовые возможности для дальнейшей наркотизации.

При этом на сегодняшний день у нас нет способов «стереть» память о переживаниях, испытанных в момент интоксикации. Некоторые подростки сами просят об этом, понимая, что иначе им не справиться с «тягой». К сожалению, мы не способны помочь им в этом. Пройдя курс лечения, подростки симулируют «полное выздоровление», предвкушая «медовый месяц» новой встречи с наркотиком, который после лечения необходим в меньших дозах и вызывает такие же эффекты, как и в начале злоупотребления.

Природа зачем-то «подшутила» над нами и поместила в «маковое молочко» молекулы — практически полностью идентичные молекулам эндогенных опиатов (вещества, синтезируемые мозгом и отвечающие за поддержание фона

настроения и подавление болевой чувствительности). Каким образом получилось так, что головной мозг и простое растение вырабатывают в процессе своей жизнедеятельности совершенно одинаковую, хотя и очень сложную, молекулу — для нас загадка. Хотя в последнее время выяснилось, что генетический набор человека, дождевого червя и, например, банана на 50% схожи между собой. И человек и мак имеют общего предка в лице простейшего одноклеточного организма, поэтому не удивительно, что какие-то части наших далеко разошедшихся в процессе эволюции организмов похожи друг на друга.

Наркоман, извлекая опиаты из мака или покупая их в виде чистого героина, получает возможность вводить их в организм практически в неограниченном количестве. Границами служат лишь финансовые возможности и опасность передозировки (опиаты угнетают дыхание). Никогда и ни при каких условиях организм человека не может синтезировать и выбросить в кровь такое количество эндогенных опиатов, какое может ввести себе наркоман всего лишь за одну инъекцию. Поэтому, повторюсь ещё раз, нужно быть честными перед собой: никогда и ни при каких условиях нормальный человек не сможет испытать то пиковое состояние блаженства («приход»), которое испытывает наркоман, вводящий себе героин. Не случайно сами подростки говорят, что даже «оргазм по отношению к «приходу» — то же самое, что почёсывание носа по отношению к оргазму».

Эта проблема кажется мне интересной сама по себе. Я часто задавал себе вопрос, почему я, зная о том, что проживу всю жизнь и никогда не испытаю той интенсивности положительных эмоций (эйфорию), которую переживают наркоманы во время «прихода», никогда не соглашусь употребить наркотик сам, несмотря на его относительную доступность?

Я, конечно, теоретически и из своего клинического опыта знаю, что эйфория от приёма героина очень быстро проходит и наркоман вынужден ставить всё большую и большую дозу только для того, чтобы находиться в том обычном состоянии, в котором я или другой человек, независимый от наркотиков, находятся «просто так», «бесплатно». Но на это соображение есть веский контраргумент: можно и не дожидаться второго этапа — взять от жизни всё и «красиво» уйти. «Живи быстро и

умри молодым» — популярный лозунг, провозглашённый в молодёжной культуре 60-х годов (Питом Тауншендом из группы «The Who»). Это не только мои отвлечённые рассуждения — подобные «теории» я слышал от многих начинающих (подчёркиваю — начинающих) наркоманов. Они рассуждают примерно так, как поётся в одной из песен Андрея Макаревича: «А ты был не прав — ты всё спалил за час...». И в этой песне явно чувствуется симпатия автора к тому, кто был «не прав».

Правда, на эти теоретические рассуждения, которым нельзя отказать во внутренней логике, существует самой жизнью предлагаемое опровержение. Во-первых, если я понимаю «преимущества» подобной модели поведения, почему я сам её не выбираю? Во-вторых, может быть, наркоманы, которые реально поступают в соответствии с вышеприведенными соображениями и существуют где-то вне поля моего внимания, но я их не встречал. Рассуждения Раскольников в «Преступлении и наказании» тоже звучат достаточно логично, но только на первый взгляд. После многочисленных разговоров с подростками, злоупотребляющими опиатами, кажется, я все же понял, почему наркоман «со стажем», страдающий зависимостью от героина, живёт с одной единственной мечтой — когда-нибудь бросить его употребление. Об этом мечтают все наркоманы. Они все принимают героин с твёрдым убеждением, что однажды настанет тот счастливый день, когда они расстанутся с ним. Но, если героин так хорош, зачем мечтать о расставании с ним? Зачем мечтать о свободе?

Эйфорию, вызываемую воздействием опиатов (если одним словом выразить всё то, что мне рассказывали подростки о ней), можно назвать «одноцветной». Это недолгое состояние «прихода» несравнимо ни с чем и на самом деле никогда не может быть пережито человеком, не употребляющим наркотики, но оно «однообразное», «всегда одно и то же», «запрограммированное», «сделанное», «чужое». Оно напоминает яркую, необъяснимо прекрасную белую вспышку света, лишённую оттенков и полутонов, ослепляющую и подавляющую, уносящую стремительной волной прочь от всех тревог и волнений. Эта мощная тёплая волна миллионами пузырьков распространяется по всему телу, парализует мозг, заставляет

человека оцепенеть и пассивно плыть по бесконечным волнам блаженства, плавно переливающимся через тебя, заставляет забыть о жизни, о людях, о проблемах, о боли — обо всём. Это состояние есть смерть.

И нет ничего странного в том, что эти ощущения очень напоминают ощущения людей, переживших клиническую смерть: «Всё как будто сильно поплыло, и я почувствовал вибрацию моего существа, рвущегося из тела, и услышал прекрасную музыку... я поплыл по направлению к прозрачному ясному свету... он был прекрасен, такой блестящий, такой лучезарный, но он совсем не ослеплял меня. Это был неземной свет. По-настоящему я не видел никого в этом свете, и в то же время в нём была заключена особая индивидуальность... Это был свет абсолютного понимания и совершенной любви... я чувствовал себя окружённым всепоглощающей любовью и состраданием»¹²⁹. Можно вспомнить и агонию, описанную Толстым в «Смерти Ивана Ильича»: «А смерть? Где она? Какая смерть? Страху никакого не было, потому что и смерти не было. Вместо смерти был свет». Филологи, если бы знали об этих интересных переживаниях наркоманов и умирающих людей, наверное, задумались бы о происхождении выражения «тот свет». В обычной жизни мы практически никогда не испытываем подобных состояний, за исключением, может быть, редких моментов экстаза в каких-то исключительных ситуациях. Но ведь почему-то наркоманы готовы отдать что угодно за то, чтобы в эту нашу обычную, нормальную земную жизнь вернуться? Зачем? Наркотик учит (правда, часто слишком поздно) ценить жизнь?

Мне вспоминается одна история про молодую революционерку, которая из-за идейных разногласий совершила суицидальную попытку, выстрелив в себя. Перед смертью друзья принесли ей спелые вишни. Она съела одну из них и заметила: «Вот вполне достаточное основание для того, чтобы жить». После чего умерла.

В чём смысл жизни? В чём смысл вишенки для нас? В том, чтобы её съесть. И жизнь — как вишенка. Она вкусная и её

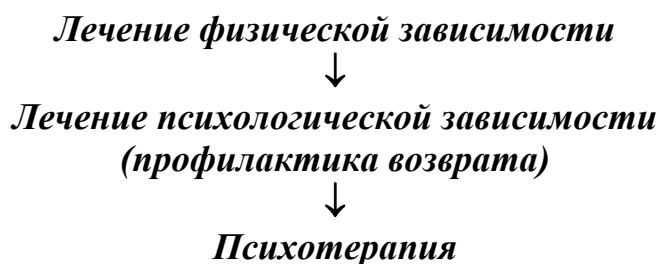
¹²⁹ Моуди Р. Жизнь после жизни. — Москва — Рига, 1991. — С. 70.

нужно есть. Верно говорят, чтобы оценить то, что имеешь, нужно это потерять. Оказывается самое главное в нашей жизни (то, что утрачивают наркоманы) — это её разнообразие. Наша жизнь с её многочисленными переживаниями — «цветная», она переливается сотнями красок, она мерцает, искрится и играет всеми цветами радуги. Она бесконечно разнообразна, как цветные картинки детского калейдоскопа. Небо — синее, трава — зелёная, котлетка — вкусная; всё вокруг пропитано запахами, звуками, прикосновениями. И вся эта красота дана нам *ни за что, просто так*, и каждый день, и просто потому, что ты родился и живёшь. И для этого не нужно часами ждать в холодном подъезде «барыгу», чтобы обменять свой магнитофон или украденное у родителей золото на очередную «дозу», не нужно искать у себя последнюю вену на ноге, бережно выпаривать её в горячей воде и дрожащими руками вводить мутную жидкость, в которой помимо героина запросто может быть и вирус СПИДа, и вирус гепатита С. Для этого нужно лишь проснуться утром, выглянуть в окно и увидеть яркое солнце или хмурое небо — да-да, даже хмурое небо, дождь и слякоть бесконечно прекраснее, чем та, всегда одна и та же мёртвая вспышка белого героинового блаженства. Героин лишает жизнь полутонов, она становится ослепительно белой в момент «прихода» (как смерть в момент прихода) и бесконечно чёрной в период абстиненции. Сама жизнь становится чёрной. Как человек, ослеплённый яркой вспышкой, не может видеть длительное время ничего вокруг, так наркоман, ослеплённый героиновым сиянием, не способен видеть и чувствовать тысячи мелких, но удивительно разнообразных переживаний, которые приносит нам жизнь.

Дальнейшая «нормальная» жизнь для наркомана становится возможной только при условии систематического приёма (это называется «системой») определённой дозы наркотика, которая с каждым месяцем всё увеличивается и увеличивается. «Приход», эйфория быстро прекращаются, и героин необходим уже только для того, чтобы просто жить, чтобы чего-то хотелось, чтобы что-то радовало, чтобы можно было встать и куда-то пойти: в гости, на учёбу, на работу. Отсутствие дозы, невозможность вовремя ввести героин в организм приводят к тяжелейшей абстиненции

— синдрому отмены («ломке»).

Мы все зависимы от кислорода. Попробуйте не дышать одну минуту — и вы испытаете подобие того, что испытывает героинный наркоман в период, когда заканчивается действие героина в его организме. Попробуйте после этой минуты кислородного голодания уговорить себя не дышать ещё минуту. Возьмите себя в руки, проявите волю. Если у вас это получится, можете смело рекомендовать эти способы борьбы с зависимостью от героина своим близким, если, не дай Бог, у них есть ~~Боварпроблема~~ ^{Боварпроблема}. квалифицированное эффективное лечение зависимости от опиатов обязательно должно включать в себя три этапа:



Первый этап — лечение физической зависимости («снятие ломки») — не представляет большой трудности и проводится, как правило, в стационарных условиях с применением различных лекарственных препаратов. Основная цель лечения — уменьшение болевых ощущений, вегетативных и психических нарушений, нормализация сна, поддержание витальных функций. При использовании современных препаратов физическая зависимость и синдром отмены лечатся достаточно быстро: от нескольких часов до нескольких дней.

При этом необходимо хорошо понимать, что лечение физической зависимости к лечению наркомании как болезни имеет небольшое отношение. Главный упор должен осуществляться на второй и третий этап лечения. От этого зависит успех.

Второй этап — полное исключение возможности доступа героина в мозг пациента на срок не менее года. Для реализации второго этапа используются лекарственные препараты, относящиеся к группе антагонистов опиатных рецепторов.

Эндогенные опиаты — химические вещества, имеющие белковую природу, они вырабатываются самим организмом точно так же, как инсулин или адреналин, а затем выбрасываются в кровь и, действуя на опиатные рецепторы, подавляют болевую чувствительность, поддерживают фон настроения и выполняют ряд других функций. В нашей нервной системе, которая обеспечивает регуляцию всех важных жизненных процессов, имеются специальные клетки, с которыми связываются «эндогенные опиаты», реализуя своё действие. Блокаторы опиатных рецепторов эффективно исключают возможность воздействия экзогенных опиатов на центральную нервную систему, даже в случае их поступления в организм.

Основная проблема человека, зависимого от опиатов, заключается в том, что его психика как бы раздваивается: одна часть остаётся «нормальной» — это ваши «прежние» сын или дочь, муж или жена, отец или мать, друг или подруга, с которыми можно часами разговаривать о вреде наркомании, которые сами не хуже (если не лучше) любого психотерапевта могут убедить вас в порочности пристрастия к наркотикам; и другая часть — полностью зависимая от наркотика. Этой второй части до «умных» и логичных рассуждений первой равным счётом нет никакого дела. Это очень сильно поражает людей, впервые сталкивающихся с зависимостью от опиатов. Человек, который только что всю ночь обещал вам прекратить своё пагубное увлечение и «баловство», плакал у вас на плече, чьи волосы ещё не высохли от ваших слёз, выйдя из дома и встретив кого-то из своих знакомых, перестаёт быть вашим сыном, дочерью, мужем, женой... Его телом, поведением, речью полностью и буквально за долю секунды завладевает вторая бо́льшая часть психики, и он фактически ничего не может при этом сделать — отсутствует даже борьба мотивов и осознание своей виновности. В голове только одна цель — уколиться и только одна мысль — как. Именно поэтому зависимость от наркотиков врачи считают болезнью, а не моральным дефектом. Бывает, что и мы с вами уступаем своим сиюминутным желаниям в ущерб общему качеству жизни, но все наши слабости так же напоминают «гон» (влечение к героину), как тихий ручеек

— мощный селевой поток. Обвинять подростка в том, что он не справился с «тягой» и обижаться на него за эту «слабость» и «маловолие» так же бессмысленно, как обижаться на человека, которого сносит мимо вас снежная лавина.

Есть ещё, пожалуй, только одно состояние, когда родственникам так же трудно понять переживания больного — это депрессия. Депрессивное состояние (то что под этим понимают врачи) на несколько порядков тяжелее и не сопоставимо с самой страшной тоской, испытываемой нормальным человеком (тем что он называет депрессией) при самых тяжёлых обстоятельствах жизни. Поэтому депрессивным пациентам, так же как и наркоманам, родственники часто наивно советуют «взять себя в руки», «отвлечься» и «постараться справиться с собой». Попробовали бы сами...

В значительной степени неэффективность лечения зависимости от опиатов связана с недостаточным пониманием серьёзности ситуации самими близкими и родными пациента. Сам пациент серьёзность ситуации понимает достаточно хорошо. Типичная фраза, с которой стеснительно начинают беседу со мной родственники наркоманов: «Вы знаете, доктор, у нас проблема — наш сын «балует» наркотиками». Балует!.. Если родители всё ещё думают, что их сын «балует», — они даже и близко не знают и не понимают, какая у них проблема!

Поскольку человек, зависимый от опиатов, не может по определению самостоятельно контролировать своё поведение в ситуации контакта с наркотиком — есть только два способа предотвратить «срыв».

Во-первых, можно изолировать его на более или менее длительный срок (не менее года) от той среды, где он мог бы иметь доступ к наркотику. Для этих целей в развитых странах используют специальные закрытые профилактории для лечения лиц с химической зависимостью. Пациенты находятся в них достаточно длительный период для того, чтобы здоровая часть психики получила возможность контролировать ту часть, которая поражена героином.

Этот метод имеет два недостатка. Первый связан с тем, что лечение в большинстве таких профилакторий достаточно дорого — но не это главное. То, что лечение дорого, предполагает, что

его могут позволить себе достаточно обеспеченные люди или дети обеспеченных людей, а это, в свою очередь, предполагает, что у них всегда есть возможность подкупить самую лучшую охрану. Какой смысл держать человека в закрытом психиатрическом стационаре, если зарплата санитар в нём равна цене одного грамма героина, который для многих наркоманов является лишь суточной или даже разовой дозой. А обычный санитар в психиатрическом стационаре (посмотрим правде в глаза) это даже не садовник-любитель на телеграфной станции, которого в известном романе подкупил граф Монте-Кристо.

Попытаться найти какое-то другое место жительства, где бы наркоман не мог найти наркотик (как это пытаются сделать многие родители), более чем проблематично. Глухая тайга, Северный полюс? Один из моих пациентов умудрился за пять минут достать героин в Риме — в городе, который он совершенно не знал, не зная языка, без копейки, вернее, лиры (мать увезла его туда после снятия физической зависимости, надеясь, что там он точно никого не знает и не сможет получить героин).
Второй недостаток изоляционного метода состоит в том, что наркоман хорошо обучается в профилактории жить, общаться и работать без наркотика в себе, но и без наркотиков вокруг. Рано или поздно он должен будет вернуться в среду, где наркотики будут со всех сторон, а таких навыков жизни профилакторий предоставить ему не может. В этой ситуации вероятность «срыва» вновь резко увеличивается.

Поэтому более оптимален второй вариант для предупреждения срыва. Для этого в настоящее время используется лекарственная «изоляция» с помощью антагонистов опиатных рецепторов. Эти препараты обладают способностью практически полностью нейтрализовать все клинические и психологические эффекты принимаемых опиатов (включая героин) на срок от суток и более. Как только пациент принимает лекарство (выпивает измельчённую таблетку), оно мгновенно проникает в кровяное русло и, жёстко связавшись с опиатными рецепторами, прикрывает их собой от воздействия вводимых извне опиатов. Пациент может нюхать, «колоться» — внутримышечно и внутривенно, даже ставить себе капельницу с героином, — наркотик будет действовать не эффективнее воды,

он будет поступать в организм и проходить через него, благополучно минуя мозг и не воздействуя никак на психику.

Дальнейшее — дело техники. Основная задача близких — жёстко контролировать дозу лекарственного препарата и периодичность его введения (что может определить индивидуально только врач-специалист). За этим исключением пациент полностью свободен: он может гулять, ходить на учёбу и работу, может находиться в компании людей, принимающих на его глазах наркотики, он сам может принимать их, но без какого-либо эффекта для себя. Попытавшись ввести себе героин один, два, три, десять раз, пациент убеждается в бесполезности этого мероприятия и... начинает разрабатывать способы усыпления бдительности лиц, которые ответственны за дачу ему лекарства. К сожалению, часто ему это удаётся.

Через два-три месяца приёма препарата, убедившись, что всё идёт хорошо, состояние и поведение «бывшего» наркомана нормализовалось, родственники и близкие стремительно успокаиваются и пускают всё на самотёк: предлагают самому пить лекарство, поддаются на его «веские» старые аргументы, что «он всё понял», что «зачем тратить деньги, когда всё уже хорошо», «зачем «травить» химией его организм» и тому подобному. Близкие родственники мне психологически понятны. Проблема зависимости от героина — очень страшная проблема. А наша психика так устроена, что мы имеем сильную потребность отрицать и вытеснять из своего сознания всю не устраивающую нас информацию и заменять её пусть ошибочной, пусть иллюзорной (если не галлюцинаторной), но приятной нам. Так, врач, всю жизнь занимающийся лечением онкологических больных, сам, заболев раком, не может поставить себе правильный диагноз; так, больной алкоголизмом, алкогольные проблемы которого видны всем невооруженным глазом, уверен, что «пьёт, как все»; так, муж, которому изменяет жена, узнаёт об этом последним; так, мать, потерявшая на войне единственного сына, каждый вечер у окна ждёт его возвращения; так, все мы верим, что завтра будет лучше, чем вчера. Неискоренимый человеческий оптимизм — вот причина, по которой многие пациенты с зависимостью от наркотиков никогда не доходят в своём лечении даже до середины пути.

Если по этим или каким-то другим причинам пациент сумел преждевременно прекратить приём блокаторов опиатных рецепторов и героин проник в мозг, всё лечение идёт насмарку — и нужно начинать всё с самого начала: снимать «ломку», принимать препараты. Я каждый раз очень доходчиво (по моему мнению), «на пальцах» объясняю всё это родственникам и близким своих пациентов — и часто с тем же печальным результатом. Наступаете года пациент, страдающий зависимостью от опиатов, должен быть медикаментозно изолирован от любой возможности их воздействия на мозг. Только после этого мозг восстанавливает свою деятельность настолько, что мы можем ожидать у него способность самостоятельно контролировать своё влечение к наркотику в ситуации его постоянной доступности. Это так же просто понять, как то, что сломанная нога для своего восстановления должна определённое время находиться в гипсе и быть неподвижной. До окончательного срастания кости нога только внешне выглядит целой — на неё нельзя ступать. Процессы, протекающие в сломанной кости в период её срастания, занимают определённое время. Восстановление «расколотого пополам» мозга наркомана требует времени. На сломанной ноге нельзя бежать «усилием воли». Наркоман с зависимостью от героина не может жить среди наркотиков, «усилием воли» воздерживаясь от их приёма, если его мозг не находится в медикаментозном «гипсе» из блокаторов опиатных рецепторов.

Одна из моих пациенток через три месяца лечения, в течение которых она ни разу не принимала героин и уже сознательно не испытывала к нему никакого влечения, с ужасом рассказывала мне свой сон: ей приснилось, что она встретила со своим знакомым, с которым она раньше принимала героин, и он предложил ей вместе «уколоться», на что она ему (во сне) ответила, что «уколоться» сейчас не может, так как принимает лекарство, но скоро ей предстоит лечение зубов под наркозом (ей на самом деле предстояла такая процедура) и за три дня перед наркозом препарат будет отменён — вот тогда она с ним и «уколется». Пациентка, будучи очень неглупой девушкой, совершенно верно интерпретировала свой сон, как признак спрятанного в глубине её сознания (но всё ещё живого) влечения к героину и пришла от этого в ужас. Поняв это, ей пришлось в

дальнейшем *уговаривать* своих родителей не прекращать давать ей блокаторы опиатных рецепторов. А когда родители всё-таки окончательно забросили следить за их приёмом, она сама ещё долго принимала их сначала постоянно, а потом лишь перед критическими ситуациями, когда она предполагала контакт с наркоманами. И даже через шесть месяцев лечения, во время очередного психотерапевтического сеанса, уже не принимая препарат, она рассказала мне, что, перебирая свои зимние вещи, она увидела одежду, в которой полгода тому назад принимала наркотики, и в ту же секунду острое желание «уколоться» волной подступило к её горлу («так, как будто этих шести месяцев и не было»), и она даже вспотела. Пациентка смогла тогда удержать себя. Но это была очень сильная девушка — и не каждый на её месте смог бы справиться с таким рецидивом компульсивного влечения. Не у каждого хватит силы воли просидеть всю ночь на полу с набранным шприцом с героином (как это произошло с другой моей пациенткой) и под утро, изнемогая от внутренней борьбы, последним усилием воли выдавить всё содержимое шприца на ковёр.

Таковы основные принципы и сложности второго этапа лечения психологической зависимости от опиатов.

Третий этап — это психотерапия, психологическая коррекция и реабилитация пациента, страдавшего в прошлом зависимостью от опиатов. Этот этап включает в себя три главных направления:

- 1) *психотерапия проблем, связанных с употреблением наркотиков;*
- 2) *психотерапия проблем, связанных с прекращением употребления наркотиков;*
- 3) *психотерапия проблем, приведших к началу употребления наркотиков.*

Помощь в их решении входит в непосредственную компетенцию врача-психотерапевта и клинического психолога. Это узко специальные вопросы, поэтому я не буду останавливать здесь на них подробно, хотя основные моменты, которые следует знать любому человеку, профессионально или личностно интересующемуся этой темой, я изложу.

Самое сложное направление из всех вышеперечисленных —

это третье направление: психотерапия проблем, приведших к началу употребления наркотиков. Безусловно, у бывшего наркомана может быть множество проблем, связанных с фактом злоупотребления наркотиками: начиная от юридических и кончая личностными и межличностными проблемами (разрушенные семьи, разорванные связи, потерянные друзья, упущенное время, отсутствие работы). Множество психологических проблем возникает в период непосредственно после прекращения употребления наркотиков. Психологическая эйфория, почти всегда возникающая сразу же после снятия «ломки» (когда наркоман безмерно счастлив уже от того, что ему не нужно, просыпаясь по утрам, думать, где достать деньги для новой дозы), быстро проходит, и наступает психологическая абстиненция. Ожидания того, что вместе с прекращением употребления наркотиков, после «героического» преодоления «ломки» наступит долгожданная «нормальная жизнь», о которой так мечтают все наркоманы («доктор, я хочу нормально жить»), — абсолютно нереалистичны. И в этом виноваты не только психологические сложности, связанные с употреблением и прекращением употребления наркотиков. Даже если бы мы теоретически могли сразу же после лечения каким-то чудом вернуть наркомана к тому его психологическому состоянию, в котором он находился в момент начала употребления наркотиков, могли бы мы ожидать удовлетворительного результата? Нет.

Мы не можем ожидать нормального психологического состояния у наркомана сразу же после проведения курса дезинтоксикации и отнятия наркотиков уже потому, что сам факт начала употребления наркотиков в прошлом говорит о том, что уже тогда в психологическом состоянии нашего пациента было всё настолько неблагоприятно, что из всех возможных способов решения своих проблем он выбрал приём героина. Даже в одном из пронаркологических молодёжных сайтов в Интернете, в котором автор крайне нейтрально относится к приёму психоактивных веществ, рекомендуя принимать «наркотики осмыслительно, умеренно и в полном рассудке», на вопрос, кто принимает героин, отвечается вполне однозначно: самоубийцы.

Я хорошо понимаю, что ни одному из родителей не хочется

об этом даже и думать, но за фактом начала употребления героина всегда лежит бессознательная авитальная активность, бессознательное влечение к смерти. *Сначала* появляется нежелание жить, а *затем* начинается употребление героина, а никак не наоборот. Поэтому, только лишь отняв героин у человека, злоупотребляющего им, мы не сможем добиться нормализации состояния. Мы лишим его одной возможности ухода от жизни, но таких возможностей очень много, в том числе всегда есть возможность уйти не только *от жизни*, но и *из жизни*.

*

Каннабис, более известный под названием марихуана, является конопляным растением, растущим практически по всему миру: Cannabis Indica (лат. — трава индийская) и Cannabis Sativa (лат. — трава полезная). В подростковой среде известен также под названиями: «анаша», «бошки», «ганджа», «ганджубас», «химка», «чеснок», «грасс», «дуды», «дудки», «дяди», «пластилин», «травка», «хаш», «хэш», «шала», «шишки», «шмаль», «дурь», «план» и т.д.

На российском рынке наиболее распространены гашиш (похож на коричневый пластилин) и «шала» (среднего помола сушёные листья, похожие на махорку, только зелёные). Молотые сухие листья плотно забивают (иногда предварительно смешав с табаком) в «косяки» — бумажные патроны из-под папирос. Обнаружение у подростка пачки с папиросами может являться косвенным признаком злоупотребления каннабисом. Курят, как обычные папиросы, за тем исключением, что типичен своеобразный ритуал, напоминающий ритуал «трубки мира» у североамериканских индейцев. «Косяк» с наркотиком передаётся после нескольких затяжек от одного человека к другому.

Гашиш либо измельчают и смешивают с табаком для «забивки» в «косяки», либо кладут на фольгу маленькими порциями, подогревают снизу зажигалкой и вдыхают дым через трубочку. Гашиш («пластилин», «хэш») — это эссенция марихуаны, экстрагированная и спрессованная в блоки, изготавливается из пыли смолы, которая выделяется конопляным

растением для защиты от солнца и жары. Гашиш обычно курят при помощи трубок, хотя есть много других рецептов. Гашиш даёт совсем другой эффект, нежели марихуана. Воздействие гашиша намного сильнее. Марко Поло, по возвращении в Италию, часто вспоминал на страницах своего дневника о странном веществе, которое повергает человека в состояние, сходное с опьянением, но вместе с тем несравнимое ни с чем, испытанным им прежде.

По традиции гашиш курят через кальян или водяную трубку, представляющую собой просто длинную трубку, в которую поступает дым, пропущенный для охлаждения через воду. Иногда воду заменяют на ароматизированное брэнди или красное вино. Кальян в странах Ближнего Востока есть нечто большее, чем то, что получает обычный курильщик в процессе курения. Это настоящий многовековой ритуал, не имеющий широкого распространения в России.

Психоактивный эффект марихуаны производят содержащийся в марихуане дельта-9-тетрагидроканабиол (Д-9-ТГК) и другие психоактивные вещества, вызывающие лёгкую эйфорию, общее расслабление, внезапные приступы смеха («пробивает на ха-ха»), желание общаться, повышенную чувствительность к внешним раздражителям (музыке — можно проследивать партии отдельных инструментов, цветам — повышается яркость и насыщенность), изменяется восприятие времени. Действие марихуаны начинается через 10—15 минут после употребления, продолжается 3—4 часа и постепенно пропадает. Традиционно считается, что марихуана является «лёгким» наркотиком, не приводящим к серьёзным нарушениям со стороны психической деятельности и не вызывающим зависимость даже при длительном злоупотреблении.

То, что марихуана не вызывает синдрома физической зависимости — верно, однако в последнее время описан специфичный не только для марихуаны, но и для других наркотиков *амотивационный синдром*, или синдром *потери мотивации*. Ещё в 60-х годах было отмечено влияние марихуаны на появление и развитие пассивных, немотивированных личностей, замкнутых в своём внутреннем мире. У подростков, длительное время курящих марихуану, усиливается апатия,

исчезают желания, им сложно сконцентрировать внимание. Подросткам, систематически злоупотребляющим каннабисом, в последующем будет сложнее соревноваться в жизни с более активными, энергичными и витальными сверстниками. Кроме того, марихуана часто является «стартовым» наркотиком для дальнейшего перехода на более «жёсткие» вещества.

*

Седативными называют вещества, которые снижают активность и вызывают спокойствие. *Гипнотическими (снотворными)* называют вещества, вызывающие дремотное состояние и сон. Даже в языке высказывание желания «уснуть и не проснуться» эквивалентно желанию умереть.

Практически все вещества, относящиеся к этой группе, могут вызывать как физическую, так и психологическую зависимость, а также абстинентный синдром при отмене.

К наиболее известным представителям этой группы относятся:

1) производные барбитуровой кислоты: фенobarбитал, барбитал, этаминал-натрий. Подростки используют большие дозы данных веществ для того, чтобы достичь «высшей точки» — состояния блаженства с эйфорией и расслабленностью.

2) бензодиазепины (сибазон, реланиум, элениум, диазепам). У подростков приходится сталкиваться с четырьмя видами злоупотребления успокаивающими (транквилизирующими) средствами:

- *добавление транквилизаторов к алкоголю;*
- *употребление больших доз транквилизаторов в чистом виде с целью достижения опьянения;*
- *употребление транквилизаторов при ситуационной зависимости у тревожных подростков перед ответственными и волнующими событиями;*
- *заместительный приём транквилизаторов при невозможности достать другие, более привычные и сильнодействующие наркотики.*

Препараты этой группы редко употребляются подростками изолированно, чаще всего в сочетании с алкоголем — с целью усилить или продлить эйфорию, а также для облегчения

абстинентного синдрома. Иногда злоупотребление седативными и снотворными препаратами наблюдается у подростков в период поискового полинаркотизма, когда они пробуют самые разнообразные вещества с целью изменения собственного сознания.

Седативные и снотворные препараты часто назначаются лицам, страдающим тревожными расстройствами, а также лицам с расстройством сна. Чаще всего подростки берут препараты данной группы дома, у родственников, которые не обеспечивают надлежащего контроля за хранением психоактивных препаратов.

*

Кокаин («кока», «кокос», «кокс», «Си», «Цэ») получают из листьев невысокого кустарника коки, произрастающего в горном массиве Анд в Перу и Боливии. Листья коки на протяжении многих столетий использовались для изменения сознания местными жителями, инками. Испанцы, завоевав Южную Америку, сначала запрещали использовать листья коки, а затем сами стали поощрять их употребление, видя, что растение существенно повышает работоспособность индейцев.

В Европе распространение эпидемии кокаинизма связано с именем основателя психоанализа Зигмунда Фрейда. Не подозревая о его разрушительном действии, он предложил использовать кокаин как средство для лечения морфинизма. Его друг Эрнст фон Флейшель стал по сути первым кокаинистом в Европе. Кокаин был очень популярен в России в начале XX века и сразу после революции. В дальнейшем суровые декреты советской власти практически свели к нулю использование кокаина. ~~Вновь кокаин~~ ~~Вновь кокаин~~ в России получил широкое распространение сравнительно недавно. Останавливает распространение кокаина его высокая цена. Кокаинист в Америке, например, может тратить до 1000 долларов в сутки на свою пагубную привычку. Понятно, что немногие подростки могут позволить себе такое дорогое удовольствие.

Обычно кокаин нюхают, однако любители внутривенных инъекций тоже не редкость. Для инъекций готовится раствор, который аккуратно «выбирается» шприцем и вводится внутривенно, а любители «sniffa» (от англ. «sniff» — нюхать,

шмыгать носом) следуют довольно сложному ритуалу: кокаин для приёма «через нос» высыпают на гладкую поверхность (например — зеркало) и при помощи лезвия бритвы измельчают возможные комочки, затем всё той же бритвой измельчённый порошок «растягивают» в длинные (5—10 см) и очень узкие (тоньше 1 мм) «дорожки». Из денежной купюры (считается хорошим тоном использовать американские доллары достоинством не ниже 50) скручивается трубочка, один конец которой совсем тонкий, а другой по диаметру равен ноздре. Трубочку вставляют в ноздрю и аккуратно «снюхивают дорожки». Затем трубочку разворачивают, и тот, кто считает, что ему досталось меньше всех, аккуратно слизывает с бумаги остатки порошка.

Кокаин начинает действовать практически мгновенно — сразу после того, как порошок попадает на слизистую носа. Наступает «приход» — вспышка своеобразной, отличной от героина, эйфории. Резко повышается двигательная активность, мозг «быстрее» обрабатывает, наблюдается общий подъём душевных и физических сил. Однако эффект ощущается недолго — 10—15 минут, затем наступает депрессия, которая длится около 30—40 минут.

Имеются данные, что производные кокаина в ближайшем будущем могут выйти на первое место на рынке наркотиков, обогнав при этом опиаты и марихуану. С 1995 года в мире началась вторая эпидемия злоупотребления кокаином в модифицированной форме — «крэк». Крэк дешевле и менее опасен в производстве, чем сам кокаин, поэтому основной интерес торговцев наркотиками переключился именно на этот препарат. Крэк оказывает страшное разрушающее действие на психику человека. Ради очередной дозы наркоман способен на любые, самые безумные действия. Предполагается, что крэк способен вызывать физическую зависимость.

*

К *психостимуляторам* относятся вещества, способные вызвать необычный душевный подъём, стремление к деятельности, устранить чувство усталости. Наибольшее распространение получили эфедрон, первитин, фенамин, кофеин, теин.

Психостимуляторы получили широкое распространение во время второй мировой войны среди американских лётчиков и моряков, которым выдавался амфетамин (российский аналог — фенамин) для снятия усталости.

Среди подростков психостимуляторы типа амфетаминов очень популярны в связи с их способностью потенцировать силы для многочасовых танцев на дискотеках, а также стимулировать агрессивность, устранять страх, повышать бдительность и самоуверенность во время уличных драк. В России распространение психостимуляторов типа фенамина жёстко контролируется аптечной сетью — и подросткам эти вещества малоизвестны. Кофеин и теин («чифир») не имеют широкого распространения в подростковой субкультуре, чаще встречаясь в местах лишения свободы.

В конце 80-х годов в нашей стране возникла реальная угроза подростковой эфедроновой наркомании. В 1986 году я впервые выезжал в один из областных центров в связи со вспышкой эфедроновой наркомании. Эфедрон — вещество, легко изготавливаемое кустарным способом из свободно продававшихся в аптечной сети лекарственных препаратов, содержащих эфедрин. Среди подростков-наркоманов эфедрон более известен под жаргонными названиями «джеф», «марцефаль», «мурцовка», «дядя Эфедрон». Эфедрон вызывает специфическое состояние эйфории, отличающееся от опиатной эйфории необычным подъёмом всех жизненных сил, подъёмом активности, тягой к общению, приключениям. Подростки становятся болтливыми, быстро говорят, навязчивы, активно жестикулируют.

Характерным признаком злоупотребления эфедроном является обнаружение веществ, используемых для его изготовления: калия перманганата, уксусной кислоты, йода.

Первитин («ширка») по своим эффектам напоминает эфедрон. В отличие от эфедрона, первитин резко усиливает половое влечение, а у подростков мужского пола — сексуальную потенцию. Поведение подростков отличает повышенная сексуальность. Юноши способны на десятки половых актов подряд.

Зависимость развивается быстро, кроме того, без повторных употреблений развиваются состояния депрессии, дисфории,

апатии и слабости.

*

Галлюциногены — вещества, способные вызывать ярко выраженные галлюцинации (восприятие без объекта), а также другие изменения в сознании. Основные эффекты сводятся к тому, что человек погружается в другой, не подчиняющийся нормальной логике мир галлюцинаций, где сталкивается с самыми необычными переживаниями. Галлюцинации могут быть слуховыми, зрительными, тактильными и даже вкусовыми. Нормальный мир и хорошо известные предметы теряют привычные очертания и «заплетаются» в психоделические переживания. Действует 6—12 часов.

Растения, содержащие галлюциногенные вещества, широко использовались с незапамятных времён племенами Центральной и Южной Америки, а также Африки. Фернандо Хернандес, придворный врач испанского короля, ещё в 1577 году изучал растения, используемые ацтеками, и описал употребление кактуса пейот, псилоцибиновых грибов и семян выюнков.

В 60-х годах XX столетия в американской культуре произошёл всплеск использования галлюциногенов. В 1938 году в Базеле, в Швейцарии химик Альберт Хофманн открыл ЛСД. Случайно просыпав небольшое количество порошка на руку, он погрузился в «приятное состояние, характеризующееся необыкновенно оживлённым воображением». В состоянии, похожем на сон, с закрытыми глазами он воспринимал непрерывный поток фантастических картин, необычных форм с интенсивной, калейдоскопической игрой красок.

Рекламную компанию ЛСД составили такие люди, как кинозвезда Гарри Грант, глава корпорации «Тайм» Генри Льюс, английский писатель Олдос Хаксли, автор книги «Полёт над гнездом кукушки» Кен Кизи.

ЛСД («кислая», «кислота», «люся», «марка», «промокашка», «эйсид»). В качестве названия также часто фигурирует описание картинки на промокашке — например: «Супер-Марио», «Алмаз», «Волшебник») не вызывает зависимости, однако может провоцировать серьёзные расстройства психической

деятельности, приводить к самоубийству, вызывать агрессивное поведение.

ЛСД не вызывает ни физической, ни психологической зависимости, однако может повлечь за собой так называемые «флэшбэки» — внезапные встречи с увиденными ранее галлюцинациями и «возвраты» к уже пережитому во время приёма ЛСД. ЛСД сильно изменяет восприятие пространства и времени, поэтому есть опасность для подростка упасть откуда-нибудь или не заметить движущийся автомобиль. До сих пор продолжаются исследования, цель которых — установить наличие или отсутствие пагубного влияния на мозг.

Злоупотребление ЛСД сошло на нет в 80—90-х годах, но в настоящее время переживает новый всплеск, особенно в связи с использованием MDMA (экстази) в субкультуре рейва. Распространение этого препарата получило распространение и в России. Экстази относится к метиловым амфетаминам и по химическому строению напоминает мескалин. Экстази вызывает лёгкую эйфорию, сопровождающуюся психологической открытостью и беззащитностью, вызывает положительные чувства к окружающим, мобилизует физические силы, позволяя подростку часами танцевать, не чувствуя усталости. Притягательным эффектом экстази для подростков является его способность усиливать половое влечение и потенцию. Иногда его называют «Наркотиком Любви». Галлюцинации для экстази, в отличие от ЛСД, не являются характерными. В настоящее время в медицинских целях запрещено, так как доказано, что даже разовое употребление способно вызвать серьёзные нарушения биохимической деятельности мозга, приводя к повреждению серотонинергических рецепторов, ответственных за эмоциональное состояние человека.

Галлюцинаторное состояние способны вызвать у подростков такие препараты, как атропин и скополамин, содержащийся в лекарственном препарате астматол. Отличительной чертой наркотиков этого класса является то, что подросток практически ничего не помнит о своих переживаниях после выхода из психоза, поэтому у подростков они не популярны.

В последнее время появились данные об использовании с галлюциногенной целью красного мухомора, содержащего

мускарин. Употребление красного мухомора вызывает оцепенение, длящееся на протяжении нескольких часов, видения, эйфорию, прилив энергии, сопровождающийся зрительными галлюцинациями.

Нередко подростки используют медицинский препарат кетамин («калипсол», «витамин Ка», «кет», «кетамин гидрохлорид», «кетыч», «калипсо», «настя»). Препарат широко используется анестезиологами для наркоза. Его часто употребляют художники, богемы, студенты (особенно медики) и те, кому не хочется тратить на более дорогие психоделические средства типа ЛСД. Вводится внутримышечно. Хотя калипсол считается анестетиком, в малых дозах он вызывает галлюциногенный эффект. В состоянии интоксикации человеку может привидеться всё что угодно — в том числе и довольно жуткие вещи. Музыка «под кетамином» звучит странно — возникает ощущение «сломанного» ритма и некоторые частоты исчезают. Визуальные галлюцинации можно наблюдать при слабом освещении. Полностью пропадают запахи и вкусы, нарушается работа речевого аппарата. Кетамин формирует сильную психологическую зависимость. Кроме того, кетамин значительно ухудшает работу иммунной системы, так что те, кто постоянно злоупотребляют кетамином, в большей степени подвержены инфекционным заболеваниям, чем другие люди. Кетамин/калипсол очень опасен в сочетании с другими наркотиками, особенно с опиоидными препаратами. В сочетании с барбитуратами лекарственный препарат циклодол, который употребляется в больших количествах (до нескольких десятков таблеток) в сочетании с алкоголем, а также димедрол, 5—10 таблеток которого в сочетании с алкоголем может вызвать расстройство сознания с яркими красочными галлюцинациями.

Галлюциногены используются, как правило, подростками от случая к случаю, физической зависимости не вызывают. Лица со стойкой психологической зависимостью от галлюциногенов (называемых в США «acid freaks» — «кислотные чудаки») в наших условиях пока не наблюдалось, возможно из-за относительно высокой цены на эти препараты.

В изученных случаях систематического злоупотребления галлюциногенами описано быстрое развитие признаков

психоорганического синдрома с нарушениями памяти, внимания, сообразительности.

*

Никотин (табак) широко распространён во всем мире и относится к разряду психоактивных веществ, с которыми подросток сталкивается раньше всего. Средний возраст начала употребления никотина — 15 лет. Начальной мотивацией употребления, как правило, служит желание не отстать от компании сверстников. Курение сигарет рассматривается подростками как критерий их взрослости. Среди девочек-подростков курение считается признаком бунтарства, а также средством, которое повышает сексуальную привлекательность.

Считается, что успешной борьбе с курением хорошо способствует убеждение со стороны людей, которых подросток уважает, уверения в том, что это опасно для здоровья. Хорошо помогает убеждение со стороны некурящего врача или педагога. В последнее время за рубежом широко используется метод психологической «иммунизации».

*

Первые сведения о возможности использовать различные летучие органические углеводороды с целью опьянения путём их ингаляции появились в конце XIX — начале XX века. В 1894 году Розенталь описал несколько подобных случаев. После первой мировой войны А. Л. Камаев выявлял подростков, злоупотребляющих бензином, среди контингента самарских беспризорников. Наибольшее распространение в начале XX века получило злоупотребление эфиром и хлороформом. Вдыхание паров эфира с целью опьянения некоторое время было даже модным среди врачей, писателей и поэтов. Наиболее известны литературные воспоминания о собственном опыте вдыхания паров эфира Ги де Мопассана и Николая Гумилева.

Бурное развитие промышленности привело к распространению и расширению ассортимента средств бытовой и промышленной химии. Число подобных веществ велико и возрастает с каждым годом. Описано злоупотребление пятновыводителями, клеями, лаками и красками, аэрозолями, средствами для ингаляционного наркоза, компонентами

моторного топлива, некоторыми косметическими средствами, корректирующими жидкостями для машинописи, аэрозолями-ароматизаторами, нагретыми стиральными порошками и сапожными кремами, жидкостью из огнетушителей и другими веществами. Для злоупотребления летучими органическими углеводородами характерен ингаляционный способ употребления. Ингаляция является наиболее быстрым способом доведения летучих веществ до тканей организма.

При исследовании особенностей аддиктивного поведения у подростков, злоупотребляющих ингалянтами, один из вопросов, который был поставлен мной в ходе исследования, звучал примерно так: «Почему не все подростки злоупотребляют ингалянтами?». Если ингалянты (бензин, ацетон, растворители) дешевле, доступнее и обладают более широким спектром психоактивности, чем тот же алкоголь, почему подростков, которые злоупотребляют ингалянтами, так мало?

Предположения можно было выдвигать самые различные: например, что большинство подростков не информированы о возможности использовать средства бытовой химии с целью опьянения и изменения своего состояния или большинство подростков в отличие от токсикоманов хорошо информированы о вредных последствиях злоупотребления ингалянтами.

В ходе исследования, проведенного на материале 100 подростков, злоупотребляющих ингалянтами, и 236 подростков — учеников 4—10 класса общеобразовательных школ, было выяснено, что, во-первых, в отличие от токсикоманов все подростки из контрольной группы в свободное от занятий время увлекались различными видами деятельности. У юношей на первом месте находится чтение книг (49%), встречи с друзьями (44,6%), самостоятельные занятия спортом (33%). Имеют хобби (коллекционирование, самостоятельное творчество и т.п.) — 30,4% подростков. 27,7% — любят ходить на дискотеки и в кино, 25,9% — занимаются в спортивных секциях, 20,5% — коллекционируют музыкальные записи, 18,7% — увлекаются техникой и радиоэлектроникой и другое. У девушек на первом месте находится также чтение книг (83%), встречи с друзьями (62,1%), занятия в музыкальной школе, кружке или ансамбле (39,5%). Девушки так же, как и юноши, любят ходить на

дискотеки и в кино (33%), имеют своё хобби (25%), занимаются в спортивных секциях (13,7%) и самостоятельно спортом (11,3%). Следует обратить особое внимание на то, какое большое место занимают встречи с друзьями для подростков.

Изучение информированности подростков контрольной группы о возможности ингаляционного злоупотребления различными веществами с целью опьянения показало, что 96,4% юношей и 97,5 % девушек имеют такую информацию. При этом большинство подростков получали информацию из телевизионных передач (92,4%) и из газет (61%). Юноши чаще получали информацию от друзей (35,7%), нежели от родителей (33%). Девушки чаще получали информацию от родителей (48,4%), нежели от друзей (32,3%). 17% юношей и 11,3% девушек видели сами, как подростки вдыхают пары летучих органических углеводородов. 4 девушки и 1 юноша во время анкетирования отметили, что один или несколько раз сами пробовали «дышать» ингалянтами с целью опьянения.

Вопрос, зачем подростки злоупотребляют ингалянтами, решается с помощью исследования мотивации злоупотребления ингалянтами. Однако остаётся нерешённой проблема, поставленная выше: подростков, испытавших на себе эффекты ингалянтов, как показывают опросы и предварительные исследования, очевидно, намного больше тех, у которых в дальнейшем формируется данная форма аддиктивного поведения. Поскольку практически все мотивы начала злоупотребления ингалянтами (любопытство, конформизм, желание получить и испытать новые и необычные ощущения и т.д.) являются по сути дела непатологическими, нормальными, свойственными подростковому и не только подростковому возрасту, перед нами встаёт очевидная проблема: мы имеем перед собой общую популяцию подростков, лишь незначительная часть которых злоупотребляет ингалянтами. Гипотетически можно выдвинуть два предположения:

а) большинство подростков ничего не знают о возможности ингаляционного использования различных летучих органических углеводородов с целью опьянения и изменения своего сознания. Если это так, то все усилия по профилактике злоупотребления ингалянтами среди подростков должны быть направлены на максимально полное ограничение информации о психоактивных эф-

фектах данной группы веществ. Однако наши данные, полученные во время исследования контрольной группы, свидетельствуют о практически стопроцентной осведомлённости подростков общеобразовательных школ о возможности ингаляционного применения летучих органических углеводородов, что позволяет отвергнуть первое предположение. Следовательно:

б) существует некий внутренний антиаддиктивный мотивационный комплекс, надёжно блокирующий у большинства подростков возможность реализации программы данного вида деструктивного поведения.

Вытекающие вопросы:

а) какие антиаддиктивные мотивационные механизмы производят блокаду данного вида патологического деструктивного аддиктивного поведения у подавляющего большинства подростков в популяции и на каком уровне происходит эта блокада в соответствии с широко распространённой трёхуровневой системой реализации поведения человека: индивидуально-биологической, микросоциальной и макросоциальной. Почему данный антиаддиктивный механизм не срабатывает в том случае, когда мы видим перед собой подростка, злоупотребляющего ингалянтами.

Полученные в ходе исследования данные выявили существенные отличия в выраженности различных антиаддиктивных мотивов — как по сравнению с группой контроля, так и при различных формах злоупотребления ингалянтами.

Основное отличие наблюдается по одной шкале антиаддиктивных мотивов: страх отрицательного отношения и осуждения со стороны друзей. Сравнение показателей по данной группе мотивов показывает, что при всех формах злоупотребления ингалянтами у токсикоманов они существенно ниже, чем в группе контроля.

В целом анализ антиаддиктивных мотивационных комплексов подростков с различными формами злоупотребления ингалянтами и сравнение их с антиаддиктивными мотивационными комплексами подростков из группы контроля показывает, что основной дефект у подростков, злоупотребляющих ингалянтами, находится на микросоциальном уровне в области мотива, касающегося страха осуждения со стороны друзей и приятелей.

На основании полученных данных можно сделать вывод, что страх осуждения со стороны своих друзей является тем ключевым микросоциальным фактором, который надёжно блокирует начало и развитие ингаляционного субстанционного аддиктивного поведения у подростков контрольной группы, находящихся в удовлетворительных социальных и микросоциальных условиях. С другой стороны — наличие дефекта в этой области может объяснить отмеченный многими авторами феномен группового начала злоупотребления ингалянтами. Для того чтобы подросток начал «дышать» ингалянтами, за исключением редких случаев, он должен, во-первых, находиться вне микросоциального окружения, которое бы осуждало данную форму аддиктивного поведения, то есть быть практически полностью выключенным из всех социальных институтов, во-вторых, он должен находиться в микросоциальном окружении, в котором данная форма аддиктивного поведения существует и одобряется. Как показывают наши исследования, такие условия возникают в основном в антисоциальных группах подростков, которые отличаются максимальной изоляцией и оппозиционной настроенностью к большинству социализирующей группы. В нашем исследовании аддиктивного поведения также был выявлен важный фактор — информированность подростков о возможных эффектах психоактивных веществ, что, однако, не являлось достаточным фактором для запуска аддиктивной модели поведения, так как блокирующим фактором является страх осуждения со стороны друзей и приятелей.

*

Поскольку попытка решить проблему злоупотребления различными веществами только правовыми и медицинскими методами успеха не имела, многие исследователи пришли к выводу, что ключевым фактором в разработке мер профилактики злоупотребления психоактивными веществами у подростков является изучение его мотивации. Цель — поиск путей, средств коррекции и устранения истинных мотивов злоупотребления, а также тех социально-психологических факторов, которые способствуют ему.

Любое психоактивное вещество не только является

источником заболевания (как это с ложной очевидностью кажется многим неспециалистам), но и позволяет личности решить многие внутренние проблемы. Когда человек попадает в неблагоприятную ситуацию, у него возникает естественный психологический дискомфорт. Биологическая и социальная эволюция выработала много самых разнообразных способов защитить личность от негативных эмоций.

Не вдаваясь в подробности, отметим, что любое защитное поведение может иметь активный или пассивный характер. При активной защите человек предпринимает определённые усилия, чтобы как-то изменить ситуацию в благоприятном для себя направлении. При пассивной защите человек просто *переживает*, когда неблагоприятная ситуация сама по себе разрешится. В основе пассивной защиты всегда лежит надежда. Человек надеется, что если в настоящее время не всё так хорошо, как хотелось бы, или просто совсем не хорошо, то что-то (пока ещё не известно что) может измениться к лучшему в будущем. Для того, чтобы справиться с ситуацией, необходимы только терпение, время и надежда.

В этом отношении подросткам с их активностью, энергичностью, нетерпимостью и отсутствием опыта данный тип защиты даётся с особенным трудом. У них часто отсутствует как опыт *переживания* тяжёлых кризисных ситуаций, так и навыки активного поиска выхода из них. Я хорошо помню себя в 16 лет, когда после ссоры с любимой девушкой сидел дома на диване и совершенно серьёзно размышлял о том, что всё кончено: жизнь прожита, всё лучшее позади, впереди ничего нет и тому подобное. Сейчас я могу с усмешкой вспоминать себя в тот период, *зная* на собственном опыте, как много хорошего мне удалось пережить *после* этого момента. И когда у меня возникает определённое желание снова «сесть на диван», я думаю, более того, *я знаю*: даже если проблему нельзя решить, её можно пережить, и будущее сполна наградит меня за то, что сейчас я справлюсь с этой ситуацией.

Однако, вспоминая себя подростком, я думаю, что, если бы ко мне подошёл кто-то из взрослых и, умудрённый опытом, стал рассказывать о том, что я в дальнейшем и сам понял,— я бы с трудом поверил ему. Так и большинство подростков, к

сожалению, с трудом могут поверить, что их гипертрофированные проблемы и трудности когда-нибудь покажутся им самим чуть ли не счастьем. «Если бы молодость знала, если бы старость могла».

Надежда на лучшее будущее является практически единственным источником сохранения внутриличностного психологического равновесия в тех случаях, когда у человека отсутствуют возможности повлиять на неблагоприятную ситуацию самому. В силу возраста, отсутствия опыта, социальной некомпетентности у подростков, как правило, мало возможностей активно защищаться от различных неблагоприятных ситуаций. Они зависимы и несвободны в своём поведении, что бы ни думали по этому поводу сами. Сама жизненная ситуация часто толкает подростка на пассивный вариант защиты.

Хорошо известно, что психоактивные вещества являются своеобразными патологическими способами защиты, включающимися тогда, когда у подростка или взрослого человека не срабатывают нормальные защитные механизмы, такие как попытки устранить препятствие или обойти его, замена цели, ставшей недостижимой, на более достижимую, прямая агрессия или перемещение агрессии на другой объект, регрессия, отказ или смирение. Такое поведение позволяет снизить или полностью снять (хотя бы временно) эмоциональное напряжение при фрустрации значимых потребностей и блокирует запуск витальной активности, направленной на преодоление негативных эмоциональных состояний и ситуаций, их вызвавших.

Мы наблюдаем так называемое «бегство в болезнь». При этом глубинные причины появления «условной выгоды» психопатологической симптоматики зачастую остаются неосознанными не только пациентом, но и врачами. С особой наглядностью можно наблюдать этот феномен при алкогольной зависимости.

Я неоднократно наблюдал клинические случаи, когда личность, будучи не в силах соответствовать собственным представлениям или представлениям окружающих о «должном» уровне личностного функционирования, использует алкоголизацию и другие формы субстанционного аддиктивного

поведения как «объяснительный» и защитный механизм. «Я не достиг того, чего хотел сам, или того, чего хотели окружающие меня люди, не потому, что не смог, а потому, что пью и(или) болею». У самого человека и окружающих его людей создаётся впечатление, что во всём виноват алкоголь, что достаточно ликвидировать этот фактор и ожидаемое всеми развитие пойдёт своим чередом. Однако это не так. Развитие часто уже невозможно, поскольку исчерпан личностный потенциал, а алкоголь в этой ситуации является не столько защитой от мучительных переживаний, связанных с кризисом аутентичности (в связи с его седативным и атарактическим эффектом), сколько защитой от осознания самим и другими собственного несоответствия, собственной импотенции, собственной инволюции.

Этот ловкий манёвр иногда настолько удачен, что и сама личность и все окружающие её люди (и даже лечащие врачи) искренне уверены, что вся проблема заключена в алкоголе, что стоит только убрать этот фактор, стоит только «вылечиться» — и ожидаемый процесс личностного развития пойдёт своим чередом. Но это не так.

Если мы попытаемся в таких случаях только вылечить зависимость от алкоголя и (не дай бог) вылечим её успешно, мы можем ожидать возникновения более деструктивных форм девиантного поведения, и в частности, описанного выше суицидального поведения.

При успешном лечении, в лучшем случае, происходит трансформация субстанционных форм аддиктивного поведения в другие, менее патологические несубстанционные формы аддикций (например, в трудоголизм, стремление к накопительству, гэмблинг).

*

Так уж получилось, что в природе существует ряд веществ, которые обладают способностью желательным образом изменять наше психологическое состояние. Многие из этих веществ, очевидно, были открыты ещё тогда, когда наша цивилизация находилась на уровне каменного века. По крайней мере,

большинство первобытных племён, описанные путешественниками XVII—XIX веков, употребляли различные психоактивные вещества во время торжественных ритуальных церемоний.

Описаны случаи, когда даже животные употребляют растения, содержащие психоактивные вещества, и одурманивают ими себя. Например, тропические обезьянки терпеливо дожидаются, когда созреют и перезреют сочные плоды некоего дерева и с видимым удовольствием поедают их, впадая в классическое состояние опьянения с расторможенностью, нарушением координации движений, эйфорией, переходящей позже в раздражительность и агрессивность — всё как у людей, только животные не получают удовольствия от употребления психоактивных веществ, заимствованных у человека: кошки — настойку валерианы, козы — табак, лабораторные крысы — раствор спирта. Учёные, проводя эксперименты с крысами, доказали, что крыса, принимающая в условиях эксперимента раствор спирта, в скором времени безошибочно предпочитает его простой воде. Таким образом, возможность возникновения пристрастия к психоактивным веществам — не только человеческая беда.

Разумеется, ни одно животное не может сравниться в этом отношении с человеком. Человек не только талантливо находит психоактивные вещества в природе и культивирует их, но и искусственно создаёт их путём химической обработки. Из продуктов брожения плодов и ягод он научился извлекать чистый спирт, из макового молочка — героин, из конопли — гашиш, из листьев коки — кокаин, из кокаина — основание кокаина — **Кристаллическое** психоактивных веществ увеличивается с каждым днём. В конце XIX века в быту и промышленности стала широко использоваться природная нефть. И уже в 1900 году в журнале невропатологии и психиатрии появляется заметка о том, как одна горничная, в обязанности которой входила чистка одежды бензином, постепенно пристрастилась вдыхать его пары с целью опьянения. А спустя ещё несколько десятилетий в 1983 году Всемирная Организация Здравоохранения официально заявляет, что ингаляционно потребляемые (то есть вдыхаемые) средства бытовой химии наряду с героином, кокаином и марихуаной представляют наибольшую опасность для населения среди всех

психоактивных веществ. Восемь лет тому назад я с удивлением смотрел репортаж из Австралии, в котором показывали подростков, свободно вдыхающих пары растворителей на улицах города, а сегодня я могу наблюдать подростков с полиэтиленовыми кулками за пазухой, свободно гуляющих по центральным улицам моего города. В 1994 году я обследовал девочек-подростков в подмосковной спецшколе-интернате. Администрация была удивлена активностью, с которой все девочки включились в проводившиеся плановые ремонтные работы. Их удивление выросло ещё больше, когда они заметили, какие истинные мотивы скрыты за этим «трудовым порывом». Оказалось, что девочек привлекла возможность свободного доступа к краскам и бытовым растворителям — и они успели безнаказанно устроить в интернате несколько отменных токсикоманических эксцессов. Из 60 девочек, находящихся в интернате, только четверть не имела опыта употребления летучих органических растворителей.

Мы должны на сегодняшний день признать, что наша голова устроена таким образом, что стремление к изменению сознания является её неотъемлемым свойством. Трудно найти человеческую культуру, которая за период своего существования не придумала бы тот или иной способ добиться этих изменений.

Даже маленькие дети, не имеющие доступа к психоактивным веществам, приобщаются к празднику жизни тем, что развлекают себя качанием и кружением до «полного одурения» на качелях и каруселях. Широко распространённым способом изменения сознания среди детей является временное прекращение доступа кислорода в мозг с помощью пережатия сонных артерий на шее. Я консультировал родителей 12-летнего мальчика, который настолько пристрастился к этому занятию, что использовал для него каждую свободную минуту. Родители заподозрили неладное, когда заметили постоянные синяки на шее у подростка. Во время беседы мальчик сам признался им, что ничего не может с собой поделать: удовольствие превышает страх наказания.

Глава 3

Теории авитальной активности

*

Если мы будем рассматривать только многообразие проявлений авитальной активности, мы с вами рискуем остаться лишь зрителями в зале. Мы имели возможность лицезреть пресуицидальную, суицидальную, парасуицидальную и десоциальную активность так, как она является нам в клинике и в жизни, стараясь не упустить ни малейшей детали, наблюдая и фиксируя каждый феномен. Сейчас, надеюсь, с не меньшим интересом мы постараемся заглянуть за кулисы этой великой жизненной драмы. Что именно, какие механизмы, какие силы скрыты внутри бихевиористического «чёрного ящика» авитальной активности?

Свои рассуждения на эту тему мне бы хотелось начать с описания одного феномена, с которым я случайно столкнулся, изучая авитальную активность пациентов в городском психотерапевтическом центре. То, что сначала воспринималось мной как помеха, постепенно стало обращать на себя внимание и привлекать мой интерес.

Очень быстро я убедился, что вопрос о влечении к смерти вызывает у подавляющего большинства людей, с которыми мне пришлось общаться на данную тему, негативное отношение. Это негативное отношение варьирует в значительных пределах от упорного непонимания сути моих вопросов до бурного возмущения, проявляющегося в том, что некоторые пациенты, с которыми я разговаривал, могли затем длительное время высказывать претензии своим лечащим врачам и соседям по палате на то, что я «посмел заподозрить у них столь неприемлемые мысли». Должен признаться, что в какой-то степени беседы на темы авитальной активности приводили у них к временному психологическому ухудшению.

Первое время у меня было подозрение, что страх признать у себя наличие авитальных переживаний связан с тем, что в России на протяжении многих десятилетий крайние формы авитальной активности, такие как самоубийство, рассматривались как

несомненный признак серьёзной психической патологии и как прямое основание для принудительной госпитализации в закрытое психиатрическое отделение.

Поэтому я мог предполагать, что пациенты сознательно скрывают информацию, касающуюся собственных авитальных переживаний по двум причинам: во-первых, узнав об их нежелании жить или суицидальных мыслях, я как ортодоксальный российский психиатр мог подумать о наличии серьёзной психической патологии, во-вторых, на основании этой информации применить к ним принудительные санкции медицинского характера. Однако в дальнейшем по ряду причин это объяснение перестало меня удовлетворять, и вот почему. Во-первых, в результате многочисленных бесед у меня сложилось впечатление, что, по крайней мере, у некоторых пациентов с негативной реакцией на тему авитальной активности *сознательные* авитальные переживания на самом деле отсутствуют (даже в форме пресуицидальной активности). То есть реально им нечего было скрывать и нечего бояться. Отрицая наличие пресуицидальных и суицидальных мыслей, не говоря уже о большем, они не обманывали меня.

Во-вторых, ситуация в стране за последнее время в отношении психиатрической помощи настолько изменилась, что эта информация не могла тем или иным образом не быть получена пациентами. Подтверждением тому является реально изменившееся отношение к психотерапевтической помощи в целом и к факту госпитализации в психотерапевтическое отделение в частности. Я помню, как ещё несколько лет назад приходившие к нам пациенты удивлялись отсутствию на окнах решёток, санитаров, свободному входу и выходу. В настоящее время страх, если не перед психиатрами, то перед психотерапевтами *вот так же*, во время проведения бесед или использования систематизированных опросников реакция пациентов никоим образом не менялась от моих предварительных объяснений и заверений (с учётом вышеизложенных соображений) в том, что подобные переживания и мысли могут быть у любого нормального человека и совершенно не обязательно связаны с серьёзным психическим расстройством.

Эмоциональное отторжение данной темы происходило и происходит до настоящего времени — и иногда мне кажется, что пациенту легче признать в себе бессознательный латентный гомосексуализм или инцестуозные влечения, чем авитальную активность.

Слишком много эмоций — вот тот клинический вывод, который я мог сделать в результате своих наблюдений, и не удивительно, что этот факт привлёк моё внимание.

*

Одновременно и параллельно с эмоциональным отвержением темы смерти пациентами моё внимание привлекло отношение Фрейда к тематике смерти в целом и созданной им теории влечения к смерти, в частности.

Comentario:

В «Экзистенциальной психотерапии» Ирвин Ялом, анализируя творчество Фрейда, показывает, что, начиная с первых работ, Фрейд не просто не замечал, а старательно избегал тематики смерти. Ялом уверен, что при всей невероятной интуиции Фрейда тема смерти оставалась для него слепым пятном, скрывавшим некоторые очевидные аспекты внутреннего мира человека¹³⁰.

Фрейд на самом деле очень долго исключал агрессивность и деструктивные тенденции из сферы своих интересов, рассматривая их как вторичные феномены в паре сексуального инстинкта и инстинкта самосохранения. Он долго не решался признать существование внутри человека тенденций, направленных против влечения к жизни, а признав, неоднократно удивлялся тому, что не сделал этого раньше. «Мне теперь непонятно, как мы проглядели повсеместность неэротической агрессивности и деструктивности, упустили из виду принадлежащее ей в истолковании жизни место»¹³¹.

Ранее, когда в 1908 году Адлер выдвинул идею агрессивного влечения, Фрейд раскритиковал его, обвинив в отступничестве и отходе от теории либидо. Точно так же негативно отнесся Фрейд

¹³⁰ Кроль Л. Специи жизни и смерти в психотерапии // Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / Предисл. Л. Крولى. — М., 1999. — С. 6.

¹³¹ Фрейд З. Недовольство культурой // Психоанализ. Религия. Культура. — М., 1992. — С. 90.

и к докладу российской исследовательницы Сабины Шпильрейн на заседании Венского психоаналитического общества 25 ноября 1911 года. Ещё в 1909 году Шпильрейн высказала предположение, что наряду с сексуальным влечением, вместе с ним и в противоположность ему существует влечение к разрушению и уничтожению жизни. Свои мысли она доложила на заседании в присутствии Фрейда, Федерна, Ранка, Сакса, Штекеля, Тауска и опубликовала в 1912 году¹³².

Фрейд, не испытывающий к Сабине Шпильрейн той личной неприязни, которую он испытывал к Адлеру, отозвался о докладе тем не менее довольно скептически: «Она очень талантлива; во всём, что она говорит, есть смысл; её деструктивное влечение мне не очень нравится, потому что мне кажется, что оно личностно обусловлено. Она выглядит ненормально амбивалентной»¹³³. Через месяц после начала первой мировой войны в 1914 году в журнале «Имаго» Фрейд опубликовал статью «Современный взгляд на войну и смерть», в которой впервые задался вопросом: «Не лучше ли нам придавать смерти в жизни и наших мыслях место, которое ему соответствует, и уделять больше внимания нашему бессознательному отношению к смерти, которое мы обычно так старательно подавляем?»¹³⁴.

Восемнадцать лет спустя Фрейд скажет: «Я помню моё собственное защитное отношение к идее инстинкта разрушения, когда она впервые появилась в психоаналитической литературе, и то, какое долгое время понадобилось мне, прежде чем я смог её принять»¹³⁵.

В работе «По ту сторону принципа удовольствия», с которой принято отсчитывать начало развития теории влечения к смерти, Фрейд делает ссылку на Сабину Шпильрейн: «В одной очень богатой содержанием и мыслями работе, к сожалению, не совсем понятной для меня, Сабина Шпильрейн предвосхитила

¹³² Spielrein S. Die Destruction als Ursache des Werdens // *Jahrbuch für psychoanalytische und psychopathologische Forschungen*. — 1912. — 4. — P. 465—503.

¹³³ Freud-Jung Letters. W. McGuire, ed. London: Hogard, 1974. — P. 494.

¹³⁴ Freud S. Thoughts for the times on war and death // *Standart Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud*, v. 14, 1961. — P. 273—300.

¹³⁵ Freud S. Civilisation and Discontent // *Standart Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud*, v. 21, 1961. — P. 120.

значительную часть этих рассуждений»¹³⁶. Эта ссылка Фрейда не помешала Юнгу позже обвинить Фрейда в том, что последний присвоил идею его ученицы¹³⁷.

Нельзя сказать, что обвинения Юнга в данном случае обоснованы. Сабина Шпильрейн, равно как и Адлер, выдвинула лишь идею (от которой Адлер, кстати, позднее отказался). Фрейд же, исходя из собственного клинического материала, самостоятельно развил эту идею в смелую теорию, которая заставила его в корне пересмотреть основы психоаналитической парадигмы, и, может быть, никогда ранее он не высказывал столько осторожности и сомнений по поводу своих рассуждений и выводов. «Меня могли бы спросить,— писал он,— убеждён ли я сам, и в какой мере, в развитых здесь предположениях. Ответ гласил бы, что я не только не убеждён в них, но и никого не стараюсь склонить к вере в них. Правильнее сказать, я не знаю, насколько в них истина»¹³⁸. Фрейд окончательно формулирует свои выводы относительно «двух видов первичных позывов», действующих «в каждой живой субстанции»¹³⁹. Но и в 1933 году, спустя 13 лет после выхода в свет «По ту сторону принципа удовольствия», Фрейд всё ещё пишет как о гипотезе о наличии «влечений к смерти (Todestrieb), которые противостоят этому стремлению (влечению к жизни) и приводят живое к неорганическому состоянию»¹⁴⁰. Он всё ещё опасается обвинений со стороны читателей в спекулятивной философии и заявляет, что не пойдёт «дальше той области, где нам открылась эта сторона жизни»¹⁴¹, те же импульсы, которые заставляют моих пациентов избыточно эмоционально относиться к предположению о наличии у них авитальной активности, препятствовали интеллектуальным усилиям Фрейда в осмыслении темы влечения к смерти.

*

¹³⁶ Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия // Психология бессознательного.— М., 1990.— С. 420—421.

¹³⁷ Цит. по: Roasen. Freud and his Followers.— P. 290.

¹³⁸ Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия.— Указ. изд.— С. 420—421.

¹³⁹ Фрейд З. Я и Оно: Труды разных лет.— Тбилиси, 1991.— С. 375.

¹⁴⁰ Фрейд З. Продолжение лекций по введению в психоанализ.— М., 1989.— С. 366.

¹⁴¹ Там же.— С. 366.

Основные принципы теории влечения к смерти были сформулированы Фрейдом в работе «По ту сторону принципа удовольствия». Работа состоит из семи частей. Психопроанализ большое значение придаёт символике, которая через бессознательные пласты психики влияет на нашу психическую активность. Фрейд в своей работе фактически заново создаёт теоретические основы психопроанализа — как Бог создал Землю за семь дней, так и Фрейд выделяет в своей теории влечения к смерти семь этапов. Каждая из семи частей постепенно и последовательно ведёт его к формулированию знаменитой концепции влечения к смерти, которая и в настоящее время вызывает самые ожесточённые споры даже в среде последователей Фрейда. В первой части «По ту сторону...» Фрейд говорит о принципе удовольствия, которому подчиняется вся психическая жизнь и о том, что удовольствие связано с уменьшением напряжения и наоборот.

2. Во второй — приводятся три примера, когда психическая активность очевидно не подчиняется принципу удовольствия: навязчивые повторяющиеся кошмарные сновидения, неоднократное проигрывание психотравмирующих ситуаций у детей, драматическое и трагическое театральное искусство.

3. В третьей части высказывается предположение, что за стремлением к навязчивому повторению неприятных моментов кроется некое влечение, не подчиняющееся принципу удовольствия.

4. В четвертой — с помощью модели простейшей организации жизни Фрейд пытается понять принцип удовольствия и делает шаг для объяснения противоречащих ему фактов с помощью кроющегося за ними *иного принципа*.

5. В пятой части на основании многочисленных примеров «стремления к повторению» в органической жизни Фрейд предполагает в живом организме стремление к восстановлению прежнего неорганического состояния, то есть влечение к смерти.

6. В шестой части, исходя из этого, Фрейд впервые постулирует новую пару противоположно направленных влечений: влечение к жизни и влечение к смерти.

7. В седьмой части приходит к трудному, но окончательному выводу: принцип удовольствия находится на службе у влечения к смерти.

*

Начиная свою работу с того, что «в психоаналитической теории мы без колебания принимаем положение, что течение психических процессов автоматически регулируется принципом удовольствия», Фрейд заканчивает её тем, что «влечение к жизни» выступает нарушителем мира покоя, принося с собой напряжение. Разрешение от напряжения, связанного с влечением к жизни, воспринимается как удовольствие, «влечение к смерти непрерывно производит свою работу, и принцип удовольствия находится в подчинении у влечения к смерти»¹⁴².

Между первой фразой в начале работы и второй фразой в конце находится тот водораздел, который сразу же и на многие десятилетия расколол всех учёных, занимающихся проблемами витальной активности на два лагеря: принявших концепцию Фрейда о влечении к смерти и отвергнувших её как «чуждую биологии... не только ненужную, но и неверную»¹⁴³.

Логическая цепочка теории влечения к смерти очень проста:

1) *практически все исследователи, как и Фрейд, признают, что психическая деятельность человека подчиняется принципу удовольствия;*

2) *признаётся также и то, что удовольствие связано со снижением напряжения, а неудовольствие — с его увеличением;*

3) *не многие будут спорить и с тем, что жизнь — это усиление напряжения и активности, а смерть — это снижение напряжения, спад активности, пассивность и статичность;*

4) *отсюда всё, что движет нас к покою, снижению напряжения, смерти — вызывает удовольствие, а всё, что усиливает напряжение (сама жизнь по своей сути) — вызывает неудовольствие;*

¹⁴² Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия.— Указ. изд.— С. 424.

¹⁴³ Лоренц К. Так называемое зло //Оборотная сторона зеркала /Пер. с нем.— М., 1998.— С. 96.

5) таким образом, если психическая деятельность подчиняется принципу удовольствия, а в основе удовольствия лежит влечение к смерти, то вся психическая деятельность обслуживает влечение к смерти;

6) таким образом, смерть и влечение к смерти — это тот фон, на котором разворачивается процесс жизни. Всё, что имеет отношение к жизни — вызывает страдание; всё, что имеет отношение к смерти — вызывает удовольствие. Жизнь — страдание. Смерть — избавление от страдания (вывод, который не кажется мне излишне экстравагантным);

7) инстинкт самосохранения — тот единственный фактор, который не даёт нам умереть максимально быстро и с максимальным удовольствием.

Логика Фрейда в данной работе столь убедительна, что её очень сложно аргументировано опровергнуть, поэтому, если точно охарактеризовать создавшееся и существующее по настоящий день положение вещей, подавляющее большинство исследователей предпочло и предпочитает просто игнорировать теорию Фрейда о влечении к смерти, критикуя скорее не саму теорию, а личность Фрейда. Точно так же, как ранее сам Фрейд приписывал идеи агрессивности и влечения к смерти личностным особенностям учёных, впервые заговоривших об этом (паранойальности Адлера и амбивалентности Шпильрейна), многие последователи Фрейда поспешили приписать идеи влечения к смерти личностным проблемам самого Фрейда. Эрик Фромм, например, рассматривал теорию влечения к смерти как следствие, с одной стороны, болезни и старости Фрейда, а с другой стороны, как следствие его идейных разногласий с Юнгом и необходимости «пристроить свою новую убеждённость в силе человеческой агрессивности»¹⁴⁴. «Тяжёлая болезнь Фрейда запечатлелась в его сознании, подкрепив страх смерти, и тем самым внесла свой вклад в формулировку инстинкта смерти»¹⁴⁵, — пишет Фромм по этому поводу, считая, что *допущение*, согласно которому человеку приходится умирать потому, что смерть — цель жизни, не более чем утешение и облегчение страха смерти.

¹⁴⁴ Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. — М., 1994. — С. 390.

¹⁴⁵ Там же. — С. 387.

Высказывались также предположения, что на Фрейда с его формулировкой идеи влечения к смерти могли повлиять такие события, как смерть второй жены его отца, Ревекки, самоубийство одного из его лучших учеников Виктора Таска¹⁴⁶, смерть одной из дочерей Фрейда. Собственно Фрейд и сам опасается, как бы его размышления не были приняты за переосмысление событий личной жизни. В письмах к Эйтингтону и Виттелсу он подчёркивает, что работа «По ту сторону...» была написана за год до смерти его дочери — «когда моя дочь была молода и жизнерадостна»¹⁴⁷.

Интересно, что если кем-то идея влечения к смерти и была достаточно хорошо принята, то — это были русские аналитики. На базе концепции влечения к смерти основывал свои поздние статьи известный российский психиатр Николай Осипов. В мае 1926 года доктор Виноградов из Киева рассказывал на заседании Русского психоаналитического общества в Москве о девушке, покончившей с собой с помощью самосожжения, и трактовал этот случай как проявление изолированного действия деструктивного инстинкта. В ноябре 1927 года доктор Гольц докладывала о психических реакциях переживших землетрясение в Крыму людей. Среди них она выделяла тех, кто был безразличен к опасности. По словам Гольц, расспросы этих людей выявляли бессознательное влечение к смерти¹⁴⁸.

*

Фрейд, как я уже упоминал, только в самом конце своей работы осознанно приходит к выводу о том, что принцип удовольствия на самом деле обслуживает влечение к смерти. В начале Фрейд больше говорит о принципах удовольствия и реальности, как бы подготавливая читателя к путешествию «по ту сторону принципа удовольствия» — на территорию влечения к смерти, но, что интересно, уже в первой части он целиком и полностью находится на территории смерти, рассуждает, сам

¹⁴⁶ После смерти Таска в письме к Лу Андреа-Саломе от 1 августа 1919 года Фрейд пишет: «Я выбрал сейчас в качестве пищи тему смерти».

¹⁴⁷ Дадун Р. Фрейд /Пер. с фр.— М., 1994.— С. 167—191.

того не подозревая, о смерти и даже во многом объясняет многие принципы проявлений смерти в организме.

Даже самые первые фразы «По ту сторону...», будучи «переведёнными» с учётом последующих знаний, начинают звучать совершенно естественно и не требуют тех трудных интеллектуальных «сальто-мортале», которые приходится совершать Фрейду на протяжении всех семи частей работы.

Он пишет в первой части: «Под влиянием *стремления организма к самосохранению принцип удовольствия* сменяется «принципом реальности», который, не оставляя конечной цели — *достижения удовольствия*, откладывает возможности удовлетворения и временно терпит *неудовольствие* на длинном окольном пути к удовольствию»¹⁴⁹.

Зная теперь уже о том, что лежит за «удовольствием» и «неудовольствием», эта фраза читается нами совсем по другому: «Под влиянием стремления организма к самосохранению *влечение к смерти* сменяется «принципом реальности», которое, не оставляя конечной цели — *достижение смерти*, откладывает возможности удовлетворения и временно терпит *жизнь* на длинном окольном пути к *смерти*».

Этой теме посвящён далее весь пятый раздел работы Фрейда. «Положение о существовании влечения к самосохранению, которое мы приписываем каждому живому существу, состоит в заметном противоречии с утверждением, что вся жизнь влечений направлена на достижение смерти, — пишет он. — Получается, что организм хочет умереть только по-своему. Он противится всем возможностям достигнуть смерти самым коротким путём»¹⁵⁰.

Ещё одна фраза Фрейда поможет нам пролить свет на проблему авитальной активности. Фрейд пишет: «Всякое невротическое *неудовольствие* есть подобного рода *удовольствие*, которое не может быть воспринято как таковое», что при нашем переводе буквально означает следующее: «Всякая невротическая *жизнь* есть подобного рода *смерть*, которая не может быть воспринята как таковая». Получается, что невротические пациенты, пациенты, страдающие зависимостью

¹⁴⁹ Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия.— Указ. изд.— С. 424.

¹⁵⁰ Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия.— Указ. изд.— С. 424.

от алкоголя и наркотиков, нашли способ обмануть принцип, который мешает всем нам умереть максимально быстро, получив при этом максимум удовольствия. Но к этой проблеме мы ещё вернемся ниже.

*

Далее во второй части Фрейд описывает у людей, реально переживших опасность для жизни, феномен, который, видимо, противоречит принципу удовольствия. Больной с травматическим неврозом во время сна возвращается в ситуацию, вызвавшую когда-то невроз, и каждый раз заново переживает испуг. И Фрейд отмечает, что этому крайне мало удивляются. Фрейд использует этот пример только для того, чтобы показать психическую активность, выходящую за рамки принципа удовольствия. Переходя далее к примерам детского проигрывания травматических событий (уход матери), драматическому и трагическому театральному искусству, он предлагает читателям оставить «тёмную и мрачную тему травматического невроза», используя его лишь для того, чтобы показать факт психической активности, выходящий за рамки принципа удовольствия. Фрейд не доводит анализ травматических сновидений до конца.

Восполняя этот пробел, попытаемся понять: какие сознательные и бессознательные динамические процессы протекают в психике пациентов, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР), и как эти процессы обуславливают всё разнообразие феноменологии ПТСР. На протяжении всей своей жизни человек наравне с животными усваивает модели поведения, направленные на удовлетворение инстинкта самосохранения. Эти модели поведения очень сложны, и человеку дорого приходится платить за моменты удовольствия, расслабления и покоя. Столкнувшись с реальной опасностью для жизни, человек внезапно обнаруживает для себя возможность умереть (достигнуть полного покоя) значительно быстрее, чем позволяло ему рассчитывать собственное сознание. Но в тот же момент, когда эта «соблазнительная» идея начинает проникать в его сознание, инстинкт самосохранения незамедлительно пытается

блокировать её, запуская негативные эмоции тревоги, страха и ужаса.

На феноменологическом уровне этот процесс ведёт к тому, что в бодрствующем состоянии человек с ПТСР стремится всячески избегать мыслей, ощущений и разговоров, связанных с пережитым, он избегает людей, мест и деятельности, вызывающих воспоминания о пережитом, ему трудно воспроизвести в сознании многие важные детали пережитого, у него возникают выраженная тревога и дискомфорт от напоминаний или намёков на пережитые события. Фрейд пишет, что ему не известно, чтобы больные с травматическими расстройствами в бодрствующем состоянии уделяли много внимания своим воспоминаниям. Феноменология ПТСР наталкивает нас на мысль, что полностью осуществить блокаду и вытеснить нежелательную информацию инстинкту самосохранения не удастся. Слишком поздно. Мозг человека уже подметил и фиксировал всю «прелесть» и «притягательность» ситуации. Не только характерные повторяющиеся сновидения, включающие сцены из пережитых событий, но и повторяющиеся навязчивые воспоминания, доходящие в своей интенсивности до иллюзорных и галлюцинаторных феноменов (флэшбеки), заставляют нас вслед за Фрейдом предположить, что в психической реальности действует сила, для которой ситуация с максимальным риском для жизни представляет несомненную ценность.

При этом нужно заметить, что состояние сна, когда происходит основной прорыв воспоминаний, много ближе к смерти, чем состояние бодрствования. Во время сна инстинкт самосохранения в значительной степени ослаблен. Во сне пациент как бы забывается, что нельзя думать о смерти и навязчиво раз за разом возвращается к моменту максимальной близости с желанным состоянием небытия, которое он однажды случайно «подсмотрел» в жизни.

Но инстинкт самосохранения «не спит» даже во время сна и, как только распознаёт мысленное посягательство на жизнь, наказывает немедленным пробуждением, тревогой, испугом и ужасом, лишает удовольствия блаженного сна, вызывает в дальнейшем затруднение засыпания и поддержания сна. Феноменологически наблюдаются реакции избыточной

активации: бессонница, сверхбдительность, раздражительность, преувеличенная реакция испуга¹⁵¹.

После травматических сновидений Фрейд переходит к случаю полуторагодовалого мальчика, который, будучи часто оставляем матерью, относился к этому довольно спокойно, разработав своеобразную игру с катушкой. Он выбрасывал её, держа за нитку, так, что она исчезала, говоря при этом: «О-о-о-о!», а затем вытаскивал катушку назад с довольным видом и радостным возгласом «тут».

Фрейда удивляет вопрос: почему, если в принципе уход матери для ребёнка не может быть приятен, он бесконечное количество раз по собственному почину воспроизводит в игре неприятную для него ситуацию? Он объясняет эту ситуацию двумя способами: 1) стремлением к овладению, то есть переходу из пассивного состояния, когда ситуация владела тобой, к активному состоянию, когда ты владеешь ситуацией, и 2) отбрасывание предмета, так что он исчезает может быть удовлетворением подавленного в жизни импульса мщения матери за то, что она ушла, то есть ребёнок таким образом как бы символически убивает мать.

Фрейд не знает, какой из этих двух концепций отдать предпочтение. Он пишет, что достаточно ясно, что игра детей обусловлена желанием стать взрослыми. Это, кстати, не совсем ясно: почему многие дети хотят стать взрослыми, то есть «более мёртвыми», и почему взрослые, «уже достаточно мёртвые», не хотят, подобно детям, стать ещё более мертвыми или «почти мёртвыми», то есть старыми? Почему взрослые не хотят стареть? Что есть такого в старости, что отвращает взрослых от неё и толкает их как бы вспять, заставляя мечтать о сохранении юности и молодости. Только ли страх болезней, немощности и боли, которые часто сопутствуют старости?..

*

Итак, исходя из трёх моментов: травматический невроз, детское проигрывание травматических факторов, драматическое

¹⁵¹ Вагин Ю. Р. Психодинамические аспекты посттравматического стрессового расстройства // Материалы VI Всероссийской открытой научно-практической конференции «Травматический и поствоенный стресс...». — Пермь, 2001. — С. 81—83.

и трагическое театральное искусство¹⁵², Фрейд приходит к убеждению, что и при господстве принципа удовольствия неприятное может прорываться в психическую деятельность, в сознание, делаться «предметом воспоминания» и «психической обработки».

Он предполагает, что за стремлением к навязчивому повторению эмоционально неприятных состояний кроется некое влечение, не подчиняющееся принципу удовольствия. Новый и удивительный факт, который Фрейд описывает, «состоит в том, что «навязчивое повторение» воспроизводит также и такие переживания из прошлого, которые не содержат никакой возможности удовольствия, которые не могли повлечь за собой удовлетворения даже вытесненных прежде влечений»¹⁵³.

Это влечение кажется ему «более первоначальным, элементарным, обладающим большей принудительной силой, чем отодвинутый им в сторону принцип удовольствия»¹⁵⁴. Фрейд задаётся вопросом: «Какой функции оно соответствует, при каких условиях оно может выявиться и в каком отношении стоит оно к принципу удовольствия?»

Пытаясь осмыслить три примера навязчивого повторения, Фрейд делает предположение о наличии в живом организме стремления к восстановлению какого-либо *прежнего* состояния. И подтверждает свою мысль примерами поведения птиц, рыб, развитием эмбрионов. Он приходит к выводу, что собственно первичным состоянием всего живого было неорганическое состояние и стремление к восстановлению первичного состояния иначе как влечением к смерти назвать и нельзя. «Если мы примем как не допускающий исключения факт, что всё живущее вследствие внутренних причин умирает, возвращается к неорганическому, то мы можем сказать: целью всякой жизни является смерть, и обратно — неживое было раньше, чем живое... Некогда какими-то совершенно неизвестными силами пробуждены были в неодушевлённой материи свойства живого... Возникшее тогда в неживой перед тем материи напряжение

¹⁵² Третий момент, на который обращает внимание Фрейд, это то, что артистическая игра, рассчитанная на зрителей, доставляет им, например в трагедии, самые болезненные впечатления, всё же может восприниматься ими как наслаждение.

¹⁵³ Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия. — Указ. изд. — С. 392.

¹⁵⁴ Там же. — С. 394.

стремилось уравновеситься: *это было первое стремление возвратиться к неживому*»¹⁵⁵. Здесь Фрейд сам пугается и долго извиняется за столь дерзкое предположение: «для нас было бы облегчением, если бы всё наше построение оказалось ошибочным».

Но логика рассуждений неизбежно ведёт его к постулированию двух противоположно направленных влечений: влечения к жизни и влечения к смерти и в итоге Фрейд приходит к заключению, что принцип удовольствия, которому подчиняется вся психическая деятельность, находится на службе у функции, которой присуще стремление сделать психический аппарат вообще лишенным возбуждений. Принцип удовольствия находится в подчинении у влечения к смерти.

Таково краткое изложение теории влечения к смерти, которая заставила Фрейда в корне пересмотреть всю психоаналитическую теорию.

*

Витальная активность (жизнь) — закономерный флюктуирующий структурно-энергетический процесс. Сама материя обладает витальной активностью. Она постоянно порождает жизнь, но она же обладает и авитальной активностью, то есть однажды порождённая жизнь имеет тенденцию рано или поздно остановиться в своём развитии и умереть. Обе эти тенденции равновелики. Ни одна из них не имеет преимуществ перед другой. На протяжении дня энергетические условия на нашей планете в нашей системе таковы, что витальная активность, возможно, относительно преобладает над авитальной (масса биологической материи увеличивается, что, в принципе, не доказано). Завтра эти условия могут измениться — и процессы авитальной активности начнут преобладать. Жизнь постепенно замрёт и остановится.

Мы видим, что одна из структурно-энергетических форм витальной активности (человек), используя возможности центральной нервной системы, получила возможность искусственно регулировать уровень витальной активности, как повышая его, так и понижая (вплоть до полного прекращения). В

¹⁵⁵ Там же. — С. 405.

естественных условиях в качестве мощного противодействия (foolproof) попыткам понижения витальной активности служит инстинкт самосохранения, который с помощью негативных эмоций (страха, тревоги, боли) отгоняет всё живое от возможности максимально быстро прекратить своё существование. Только человек в обход инстинкта самосохранения научился либо существенно понижать уровень своей витальной активности (психоактивные вещества), либо более или менее быстро прекращать её (суицидальная и парасуицидальная активность). Человека можно сравнить с «эволюционировавшим» электрическим чайником, который научился, по желанию, не выключаться сразу же после закипания и, соответственно, получил возможность самостоятельно решать вопрос: перегорать ему или нет.

*

Суицидальная активность человека только на первый взгляд уникальна в биологическом плане, несмотря на то что человек — единственное из всех земных существ, которое способно на сознательное прекращение собственной жизни. Лебеди не поют свою знаменитую лебединую песню и не бросаются, сложив крылья, вниз головой в воду; скорпионы, окружённые огнём, не жалят себя в спину; жеребцы, которых заставили спариваться с собственными матерями, не бросаются с высокого утёса — всё это красивые легенды, придуманные людьми.

Напрашивается вывод, что самоубийство как крайнее проявление авитальной активности не обусловлено непосредственно биологически, а связано с некими социальными факторами, примеры которых мы видели выше. При этом следует заметить, что и многие животные ведут совместный «социальный» образ жизни, однако суицидальной активности у них не наблюдается. Значит, должно возникнуть некое *особое качество социальности*, отделяющее человеческое сообщество от сообщества животных и приводящее к возникновению феномена суицидальной активности. В этом особом качестве, возможно, и кроются уникальные причины суицидального поведения человека. Предположение об уникальности суицидальной активности человека должно базироваться на представлении о

качественном отличии человека от остального животного мира. По сути дела, мы должны постулировать некий эволюционный «скачок» и выводить суицидальную активность человека из тех социальных характеристик, которые каким-то образом должны выделять человека из мира животных. Лишь в этом случае при объяснении суицидальной активности мы можем не оглядываться на филогенез.

Но, с другой стороны, чем дальше идёт развитие зоологии, зоопсихологии, этологии, антропологии, тем больше стирается грань между человеком и животным. Какие бы стороны социальной активности человеческого сообщества мы не взяли, при внимательном рассмотрении корни данной активности всегда обнаруживаются, пусть в зачаточном и примитивном виде, и у животных.

Имеет ли суицидальная активность человека эволюционные биологические предпосылки? Можем ли мы обнаружить у животных те формы поведения, которые в процессе эволюции привели к возникновению у человека суицидального поведения?

Скорее всего, мы можем дать на этот вопрос положительный ответ. Каким образом? Суицидальное поведение по своей сути является прежде всего *поведением*, то есть присущим всем живым существам взаимодействием с окружающей средой, опосредованным их внешней (двигательной) и внутренней (психической) активностью. Поведение, взятое в целом, проходит в своём развитии три основные ступени. Первая ступень — наследственные, врождённые формы поведения, или инстинкты (например, инстинкт самосохранения и половой инстинкт). Инстинктивное поведение естественным образом проявляется по мере созревания организма и не является в своей основе результатом обучения или подражания.

Вторая ступень — условные рефлексy, связанные уже с индивидуальным опытом, но возникающие исключительно на базе инстинктивной поведенческой активности (безусловные рефлексy). Условные рефлексy представляют собой более тонкий и гибкий механизм приспособления живого организма к окружающей среде, поскольку позволяют приспосабливаться к изменяющимся условиям среды в рамках одного поколения.

Иногда, как показали исследования российских психофизиологов (Павлова, Выготского, Лурии), условные рефлексы, надстраиваясь над безусловными, видоизменяют их таким образом, что мы видим своеобразное «извращение инстинктов», то есть врождённое инстинктивное поведение за счёт новых условий коренным образом меняет своё направление вплоть до противоположного. В качестве классического примера «извращения инстинкта» можно привести результат опыта академика Павлова с воспитанием у собаки условного рефлекса на прижигание кожи электрическим током. Сначала животное отвечает на болевое раздражение бурной оборонительной реакцией, оно вырывается, сопротивляется и пытается бороться всеми возможными способами. Но в результате длительной серии опытов, когда болевое раздражение подкреплялось пищевым, удалось добиться того, что собака стала реагировать на болевое раздражение как на пищевое. Известный английский физиолог Шеррингтон, который присутствовал при этих экспериментах Павлова, заметил, глядя на собаку, что теперь он хорошо понимает радость мучеников, всходящих на костёр.

Не можем ли и мы попытаться усмотреть в данном эксперименте Павлова объяснение феномена суицидального поведения за счёт своеобразного извращения инстинктов? Нельзя ли предположить, что некий индивидуальный условно-рефлекторный опыт человека, надстраиваясь над безусловным видовым инстинктом самосохранения, настолько извращает его, что приводит к поведению, направленному не на сохранение жизни, а на её прекращение? Ведь вся загадочность суицидального поведения для большинства исследователей заключается именно в том, что оно противоречит инстинкту самосохранения.

*

Начнём с того, что факт, что самоубийство вызывает наше удивление, связан не с самим самоубийством. Добровольный уход из жизни не вызывал ни у кого удивления на протяжении многих столетий отнюдь не из-за отсутствия любопытства у современников. Самоубийство в прошлом не удивляло никого, потому что было совершенно понятно современникам. Могло ли

удивить средневекового индуса самоубийство (сати) жены раджи, если он знал, что, добровольно умерев на костре вместе с мужем, она будет вечно жить с ним в ином мире, а, оставшись жить,— будет владеть жалкое существование, и каждый, встретивший её на улице, будет переходить на другую сторону и плевать ей вслед? В Японии самурай с детства усваивал кодекс чести — бусидо, в котором более половины положений предусматривают самоубийство (харакири) в случаях, когда чести самурая что-либо угрожает. Могло ли удивить после этого самоубийство самурая или его жены тех, кто сам обучал их этому с детства¹⁵⁶?

Самоубийства современников удивляет нас потому, что что-то изменилось в самом феномене самоубийства. Что-то изменилось в его «использовании». Что-то изменилось в тех формах и проявлениях самоубийства, с которыми мы сталкиваемся повсеместно в настоящее время. Примеры самоубийств, известные нам из истории человечества и наблюдающиеся до последнего времени в примитивных сообществах, удивительны, происходили в самых примитивных сообществах, возможно, ещё многие тысячи лет тому назад в ситуациях, когда племена грозила смертельная опасность. Например, самоубийства стариков в голодные годы¹⁵⁷. Согласимся, что психологически их поступок понятен и не вызывает удивления. Более того, с подобной мотивацией суицидального поведения мы нередко встречаемся и в наше время. Но мне бы хотелось подчеркнуть очень важный эволюционный аспект в этих, казалось бы, простых случаях. Сам факт самоубийства стариков позволяет нам предположить, что уже в тот далёкий период истории имелось значительное ограничение агрессии, направленной на других. Ведь очень возможно, что одной из причин, по которым самоубийство стариков получило распространение, было то, что их перестали

¹⁵⁶ В соответствии с нормами кодекса бусидо для жены самурая считалось позором не суметь покончить с собой при необходимости, поэтому женщин учили искусству самоубийства. Они должны были уметь перерезать артерии на шее, знать, как следует связать себе колени перед смертью, чтобы тело было найдено в целомудренной позе.

¹⁵⁷ В качестве другого примера можно привести распространённые в Древнем Китае и Японии самоубийства одного или нескольких членов рода при постройке, например, моста через реку или нового дома для их защиты от злых духов.

убивать. Табу на убийство, чуть позднее перешедшее практически во все религиозные заветы, снизило выживаемость вида в определённых ситуациях. Группа людей могла погибнуть от голода, но при этом, видимо, уже не могла так легко, как прежде, убить и съесть одного из своих членов. Последним ничего не оставалось, кроме как «компенсировать» этот биосоциальный дефект самим.

Таким образом, самоубийство, возможно, впервые и возникло как поведение, реально повышающее биологическую адаптацию вида в условиях нарастающего подавления внутривидовой агрессии. То, что окончательно эти эволюционные процессы не завершились, следует из возможных случаев каннибализма у некоторых представителей вида в экстремальных условиях. Подавляющее большинство людей в аналогичных ситуациях предпочитает жертвовать собой ради сохранения жизни своих детей и близких.

В этой своей первичной форме самоубийство существует и поныне, наряду с другими формами, которые за столетия настолько удалились от своего простого социального предшественника, что вызывают наше искреннее удивление. Поэтому объяснить причину добровольной смерти многих наших современников — большая проблема для учёных.

*

Итак, мы видим, как человек может пожертвовать своей жизнью ради сохранения жизни других людей, ради сохранения жизни своих детей, ради сохранения жизни в целом. Другие животные не имеют возможности поступить аналогичным образом, однако и у животных мы наблюдаем различные формы индивидуальной авитальной активности, связанные с половым и родительским инстинктами.

Известно, что животные способны убивать других животных, защищая себя, своё потомство и своё право на воспроизведение потомства. Их агрессия легко направляется вовне в этих трёх случаях, но только в первом из них внешняя агрессия обслуживает собственно инстинкт самосохранения. Во втором и третьем случае агрессивность обслуживает половой и родительский инстинкты. И уже в этих двух последних случаях

при внимательном рассмотрении мы можем заметить первые признаки индивидуальной авитальной активности у животных.

Животные ради продолжения рода (половой инстинкт) и сохранения потомства (родительский инстинкт) реально вступают в такие отношения с окружающей средой, которые снижают или полностью устраняют возможность дальнейшего индивидуального существования. Например, до трети самцов шимпанзе погибают в результате внутривидовой борьбы за обладание самкой. Многие виды животных доводят себя до полного физического истощения и реально ставят жизнь под угрозу в период ухаживания за самкой, её оплодотворения и вскармливания потомства. Некоторые виды животных погибают сразу после воспроизведения потомства. Представители других видов животных могут погибнуть, яростно защищая своих детей от смертельно опасного врага. По этому поводу Сабина Шпильрейн писала, что «демоническая сила, сущностью которой является разрушение — в то же время и есть творческая сила, потому что из разрушения двух индивидов появляется новый индивид. Это и есть сексуальное влечение, которое по своей природе есть влечение к разрушению, влечение индивида к уничтожению¹⁵⁸ своих пациенток, способная к глубокому самоанализу, однажды задумалась над тем, что её разрушает изнутри. В ходе активного фантазирования она увидела тёмную окружность с острыми, как бы торчащими краями, в которую входила и выходила нечёткая продолговатая тень. В этом ритмичном движении она безошибочно узнала сексуальную символику и поняла, что *это* (сексуальность) и есть то, что её разрушает. «Чувствовалось, что *этому* нет никакого дела до меня *всей в целом*, до моих рук, ног, головы... *Оно* занято только собой и до меня ему никакого дела нет... *Оно* очень агрессивно...», — рассказывала она мне.

Таким образом, мы видим, как половой и родительский инстинкт в ряде случаев провоцируют индивидуальную авитальную активность у животных. Авитальная активность имеет биологическую инстинктивную основу и проявляется в форме агрессивности, обслуживающей половой и родительский

¹⁵⁸ Эткинд А. Эрос невозможного. История психоанализа в России. — СПб., 1993. — С. 181.

инстинкты. В этих случаях агрессивность, первично обслуживающая индивидуальный инстинкт самосохранения, служит высшей цели — сохранению вида, но обращается при этом против самого индивида и его жизни.

Забегая вперед, замечу, что, несмотря на то что к суицидальному поведению вне зависимости от этнических, социальных и религиозных установок большинство человеческих сообществ относится негативно, случаи жертвенного самоубийства (ради детей, других людей, рода, племени, страны, всего человечества) повсеместно поощряются и прославляются. Нет ни одной религиозной конфессии (включая христианство), которая бы не поощряла самоубийство в том случае, если этот поступок идёт во благо окружающим. Жертвенное самоубийство Христа, который знал об уготованной ему участи,— тому пример.

*

Мы начали предыдущий раздел с того, что у животных мы легко выявляем такую характеристику, как агрессивность и внешние агрессивные модели поведения. Животное может убить другое животное, но оно не может убить себя. Человек также может убить другого человека, но *не должен*, равно как — в идеале — не должен убивать и любое животное. По крайней мере, мы к этому стремимся. Общество реально в процессе воспитания с самого раннего детства подавляет внешние агрессивные стремления человека.

Может ли подобное подавление человеческой агрессивности реально привести к тому, что подавленная агрессивность, сместившись, возвратиться в виде аутоагрессии к самому человеку? Впервые подобный психодинамический механизм суицидального поведения предположил Фрейд в работе «Печаль и меланхолия». Терпеливо выслушивая разнообразные самообвинения меланхоликов, Фрейд обратил внимание на то, что они очень мало подходят для оценки собственной личности пациента, но легко применимы к кому-то другому, кого пациент любил или любит. «Если любовь к объекту, от которой невозможно отказаться, в то время как от самого объекта отказываются, нашла себе выход в нарциссическом отождествлении, то по отношению к этому объекту, служащему

заменой, проявляется ненависть...»¹⁵⁹. Ненависть, которая относится к другому человеку, обращается на самого себя. «Анализ меланхолии показывает нам, что Я может себя убить только тогда, когда благодаря обращению привязанности к объектам на себя оно относится к себе самому как к объекту...»¹⁶⁰.

В дальнейшем идеи Фрейда блестяще развил Карл Меннингер. Он писал, что для подтверждения концепции самоубийства, в соответствии с которой подсознательное желание убить разворачивается от внешнего объекта к самому субъекту, необходимо показать и доказать: 1) агрессия, первично направленная на внешний объект, может свободно существовать, не будучи осознанной, под маской внешней доброжелательности; 2) «свободно плавающая» агрессия может вторично смещаться на другие, не имеющие отношения к источнику, вызвавшего агрессию, объекты; 3) в ряде случаев «Я» может воспринимать себя как внешний объект, на который смещает агрессию, первично направленную на внешний объект.

Чтобы доказать первое положение Меннингера о том, как агрессия, направленная первично на внешний объект, может существовать в психической активности, не будучи осознанной, мне хотелось бы привести пример из собственной практики.

Ко мне за помощью обратился молодой человек по поводу многочисленных слуховых галлюцинаций (он их называл — «голоса»), которые очень настоятельно рекомендовали ему покончить жизнь самоубийством, бросившись под первый же проходящий мимо трамвай. «Голоса» звучали внутри головы с различной степенью интенсивности, разные по характеру, говорили на различные темы, иногда споря между собой, но чаще ругаясь. Лечение стало возможным потому, что ядро личности пациента было относительно сохранно, несмотря на крупные отщепившиеся части сознания (это была шизофрения). Иногда эти чуждые ядру его личности самоубийственные влечения были настолько интенсивными, что ему приходилось крепко держаться на остановке за какой-нибудь предмет, чтобы не поддаться воздействию галлюцинаций. Тем более что, когда он последний

¹⁵⁹ Фрейд З. Печаль и меланхолия // Влечения и их судьба. — М., 1999. — С. 155.

¹⁶⁰ Там же. — С. 167.

раз лечился в психиатрическом стационаре, другие пациенты рассказали ему, что «такое» на самом деле возможно и «голоса» могут однажды получить доступ к двигательной сфере и заставить его совершить самоубийство.

Вся эта ситуация приводила пациента в ужасное состояние, и он пытался найти помощь, обращаясь к различным специалистам. «Голоса» в ответ на такое его поведение нецензурно ругались и угрожали, что никуда он не денется, они всё равно до него доберутся и никакой доктор ему не поможет. Пациент приходил ко мне дважды: первый раз он появился у меня за полгода до начала лечения, но сил хватило только на то, чтобы дойти до меня. Во время того сеанса голоса начали настолько угрожать ему, что он в состоянии близком к панике был вынужден отказаться от лечения, а в дальнейшем попал в психиатрическую больницу. Лечение лекарствами интенсивность симптоматики снизило, правда «голоса» после выписки не прошли, но, что интересно, выразили согласие на лечение, а затем и активно помогали мне, угрожая пациенту, когда он, например, пытался от меня что-то скрыть, а также блестяще помогали мне в интерпретации сновидений.

Однажды пациент пришёл на сеанс сильно встревоженный и рассказал, что у него появилось абсолютно чёткое убеждение, что в определённый день текущего месяца (около двух недель тому назад) он кого-то убил. Самое ужасное, что он очень плохо помнил этот день и пытался у всех намёками узнать, что он тогда делал, но ничего вразумительного не узнал: вроде бы ничего не делал, но, тем не менее, ощущение убийства кого-то было настолько реальным, что у пациента возникли самые худшие подозрения в свой адрес.

Спустя некоторое время после того, как он мне всё это рассказал и мы уже переключились на другую тему, внезапно в его голове возник «голос» и директивно заявил, что всё это связано с болезнью дочери директора магазина. Первая реакция пациента на заявление «голоса» была фраза, что это «полный бред», в чём я его разубедил, сказав, что это всего лишь слуховые галлюцинации. Он рассмеялся.

Дальше я попросил его как можно подробнее рассказать всё, что он может вспомнить о директоре магазина, её дочери и её

болезни. Пока я проговаривал свою просьбу, пациент внезапно разволновался и воскликнул, что всё это на самом деле было именно в тот день, с которым у него связано ощущение убийства.

Он рассказал, что в тот день ему позвонила знакомая — директор магазина и попросила оставить ей определённую партию товара, за которым обещала заехать в течение дня. За товаром она так и не заехала, потому что у неё заболела дочь. Аналогичный товар в магазине пациента кончился, а покупатели неоднократно в течение дня приходили за ним. Он был вынужден всем отказывать, несмотря на то что товар лежал рядом с ним и не продавался только потому, что он уже был обещан в другой магазин. Попутно нужно заметить, что, с одной стороны, этот товар принадлежал самому пациенту и он имел бы с его продажи хорошие комиссионные, а с другой — директор магазина, которая попросила его об услуге, не расплатилась ещё и за те товары, которые брала в прошлом году, и было не известно, когда она перевела бы деньги за этот товар.

Выслушав всё это, я поинтересовался у пациента, какие эмоции он испытывал в тот день из-за сложившейся ситуацией. Пациент искренне ответил, что не испытывал никаких эмоций, потому что директор магазина не виновата, раз у неё заболела дочь. На что я заметил, что в этой ситуации, с моей точки зрения, любой нормальный человек испытывал бы как минимум раздражение или, может быть, даже злость, потому что из-за болезни дочери директора магазина пострадали его личные интересы. Пациент согласился с этим в принципе, но, тем не менее, не смог припомнить, чтобы он как-либо переживал случившееся. Тогда я предположил, что в данном случае негативные эмоции пациента, связанные с конкретной ситуацией, просто отщепились от его сознания и, пустившись в «свободное плавание», затем с другой стороны всплыли в сознании же в форме непреодолимой убеждённости в том, что он в тот день совершил убийство. Пациент на самом деле в тот день «совершил убийство». Он мысленно «убил» дочь директора магазина, из-за болезни которой потерпел финансовые убытки. Он не смог принять это желание или фантазию как часть себя, но не смог и полностью подавить и вытеснить из сознания данное

переживание, и поэтому оно прорвалось в его сознание в форме изолированного и внешне бессмысленного симптома.

Пациент, выслушав меня, сказал, что моя версия достаточно интересна, но слишком неправдоподобна, с его точки зрения, и ему трудно представить себе, что его голова может быть устроена таким хитрым способом. Сказав всё это, он ненадолго замолчал, явно прислушиваясь к своим «голосам», и, когда я спросил его, в чем дело, озадаченно ответил, что «голос» однозначно заявил ему, что «доктор прав».

На этом примере мы можем пронаблюдать, как естественный, природный, первичный агрессивный импульс, возникший в ответ на ущемление эгоистических интересов, по каким-то причинам не пропускается в сознание и подавляется. Однако мы видим, что подавление не приводит к исчезновению самого агрессивного импульса, он только остаётся в сфере бессознательного как «свободно плавающая» агрессия и в дальнейшем может в силу самых различных причин связаться либо с другим объектом, либо с самим человеком (смещение).

Меннингер не только подтвердил предположение Фрейда о значении смещения агрессии с внешнего объекта на себя, называя самоубийство — «убийством-подменой», но и показал, что в основе самоубийства лежит не только этот, но и ещё два важных компонента: *желание быть убитым и желание умереть*. Последние дополнения очень важны для понимания того факта, почему (если самоубийство связано только лишь со смещением агрессии на себя) оно не является ещё более широко распространённым феноменом, почему не все люди заканчивают жизнь самоубийством?

Он предположил, что первичное бессознательное желание убить, смещённое на себя, подкрепляется бессознательным вторичным чувством вины, которое вызывает в свою очередь желание понести наказание и быть убитым. Собственная агрессивность, несмотря на то что она как таковая не осознаётся, вызывает вторичное бессознательное желание наказания. Так человек, сказавший глупость или дерзость, бьёт сам себя по голове или губам так, как когда-то били его другие люди. То, что это чувство вины также полностью отщеплено от вызвавших его агрессивных импульсов, может подтвердить мой пример,

приведённый выше. Помимо «свободно плавающей» агрессии у пациента явно прослеживалось и чувство «свободно плавающей» вины, которое периодически «привязывалось» к самым различным внешним событиям, которые никоим образом не могли быть связаны с поведением пациента, но, очевидно, было адекватным по масштабу внутренней неосознаваемой агрессивности. Так, пациент испытывал абсолютно реальное чувство вины и непреодолимую убеждённость в том, что он каким-то образом виноват в произошедшем землетрясении в Индии, после которого погибли десятки тысяч людей, и после этого едва не покончил с собой.

Это вторичное чувство вины несомненно связано с внутренней агрессивностью и глубоким внутренним пониманием недопустимости этой агрессивности. Роберт Бэрон и Дебора Ричардсон, рассматривая агрессию как форму социального поведения и взаимодействие как минимум двух индивидов, не относят самоубийство к агрессивным актам, так как при самоубийстве агрессор выступает в роли собственной жертвы. «Даже если целью суицида является не смерть, а отчаянный призыв к помощи, самоубийца всё-таки стремится причинить вред себе»,¹⁶¹ но мы убедились, во-первых, самоубийство может быть смещённой на себя агрессией против других. Во-вторых, известный факт борьбы мотивов при самоубийстве предполагает определённое противоречие между различными компонентами личности. Например, Суперэго может вести себя агрессивно по отношению к Эго, порождая чувство вины, равно как и Эго может вести себя агрессивно по отношению к Суперэго. В отношении себя возможны самые различные формы агрессии: как вербальная, так и физическая, как активная, так и пассивная, как прямая, так и опосредованная. Разве можно найти человека, который хоть раз в жизни не ругал себя последними словами, испытывая невыносимое чувство вины, или не причинял себе боль, проявляя таким образом реальную словесную и физическую агрессию? И, наконец, третий компонент, выделенный Меннингером, — это желание умереть. «Не является ли это стремление уйти в небытие неприкрытым проявлением инстинкта смерти?» —

¹⁶¹ Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. — СПб., 1997. — С. 30.

задаётся вопросом Меннингер. Он отвечает на этот вопрос — «Нет». Фрейд отвечает — «Да».

*

Все разновидности авитальной активности Меннингер разделяет на два (сознательный и бессознательный) класса. Он пишет что, подобно тому, как ласка, или норка попавшие в капкан, отгрызает себе лапу, так и мы иногда сознательно чувствуем необходимость саморазрушения. Мы можем понять сознательное решение безнадежно больного старика принять яд для избавления от мучений и совершить тем самым сознательное самоубийство. В других случаях, — пишет Меннингер, — личность берёт на себя ответственность за саморазрушение бессознательно»¹⁶². Для самого человека и окружающих лиц такое саморазрушающее поведение внутренне не мотивировано. То есть главный мотив деструктивного поведения не осознаётся. Поэтому такое поведение вторично мотивируется различными поверхностными причинами, ни одна из которых не определяет истинную суть происходящего. К таким бессознательным формам саморазрушения Меннингер относит алкоголизм, наркомании, многие несчастные случаи и соматические заболевания.

Есть множество примеров, пишет Меннингер, «когда семейный уклад рушится вследствие пристрастия к алкоголю отца, матери или сына... каждый психиатр может поведать о таком типичном и распространенном явлении, как крушение карьеры, да и всей жизни блестящего и подающего надежды человека именно по этой причине. Как это ни странно, сама причина, то есть алкоголь, парадоксальным образом становится инструментом самоуничтожения...»¹⁶³. В своей работе он пытается выяснить: кто и в силу каких причин выбирает этот способ саморазрушения. Несколько ярких примеров истории жизни молодых людей, жизненный путь которых развивался с удивительной похожестью: внешне благополучное детство и юность (за фасадом которых скрывались от окружающих многие драматические события), вступление во взрослую жизнь с постоянной необходимостью брать на себя и выполнять

¹⁶² Меннингер К. Война с самим собой. — М., 2000. — С. 14.

¹⁶³ Там же. — С. 170—171.

обязательства и неожиданный, непонятный, стремительный уход в беспробудное пьянство, приведший к психологической, социальной и физической деградации. При этом «сама жертва не может понять природу своих мук и страхов, которые проявляются в непреодолимом стремлении к алкогольному саморазрушению¹⁶⁴».

На тот факт, что злоупотребление психоактивными веществами несёт внутри себя скрытый самоубийственный смысл, указывает то, что эта форма хронического самоубийства самым тесным образом связана с другими более очевидными формами саморазрушения.

Взаимосвязь между алкоголизмом и самоубийствами отмечена ещё в начале XX столетия отечественными учёными В. М. Бехтеревым (1912), Ф. Е. Рыбаковым (1917) и подтверждена в дальнейшем клиническими исследованиями, в которых отмечалось, что покушения на самоубийство совершают до 20% страдающих алкоголизмом. По мнению Грофа (1975), в 40% случаев летальный исход у наркоманов обусловлен самоубийством, а риск самоубийства в 60—80 раз выше, чем в обществе. И по сути последнее время мы можем сказать, что приближаемся к тому, чтобы понять глубинные биологические и психологические механизмы этого явления.

Каждый нормальный ребёнок имеет опыт болезненных травмирующих переживаний. Сам факт рождения и перехода из длительного девятимесячного состояния максимальной защищённости и постоянного удовлетворения всех потребностей в окружающий мир можно рассматривать как травму, помня при этом и о болезненных ощущениях, которые испытывает ребёнок в период родов. Затем нас отлучают от груди, затем от родительской опеки — с каждым годом жизни мы всё больше и больше лишаемся чувства защищённости и всё больше и больше должны кого-то или что-то защищать сами. Жизнь требует от человека занятия какой-либо позиции, а человек в противовес этому всю жизнь бессознательно стремится к тому, чтобы занять какое-либо положение (и в конце жизни всё же добивается этого). Алкоголь, как и многие другие психоактивные вещества, возвращает подростку и взрослому то, чего так настойчиво

¹⁶⁴ Там же. — С. 169.

пытается лишить его жизнь: чувство полной защищённости и освобождение от всех и всяческих обязательств.

*

Проблема авитальной активности человека заключается в том, что человек научился использовать эволюционный механизм, изначально обслуживающий процессы выживания вида, в совершенно извращенной форме. Человек научился использовать этот механизм совершенно неприкрыто, откровенно и исключительно *для собственного удовольствия*. Не половой и родительский инстинкты (как у животных) и не общественное мнение или коллективный разум (как у примитивных народностей), а то качественно новое психическое образование, которое мы называем самосознанием и которое возникло совсем недавно в пределах исторического летописного периода (в VI—V веках до нашей эры), получило доступ к управлению процессами жизни и смерти.

Эта великая тайна доступности смерти, как наркотик, постепенно поражает человеческую психику. Чем выше психическое развитие *человека*, тем с большим любопытством он поглядывает в сторону самоубийства. Чем выше психическое *развитие человечества*, тем с большим любопытством оно поглядывает в сторону самоубийства.

Используя красивую аллегорию первого наркома просвещения Луначарского, можно сказать, что природа дала нам способность преодолеть страх смерти и инстинкт самосохранения для того, чтобы «...когда замок осаждён со всех сторон злыми силами, когда переливают в пули свинцовые желоба, в большой зале, залитой кровью, немолчно стонут раненые, когда голод смотрит с бледных лиц, а в окне грозно хохочет дикое зарево, в такие дни философия величественно сходит из своего терема, и к её поучениям все пригнетённые силы прислушиваются с небывалым вниманием. И, может быть, она, посылая холодные молнии глазами героини, призовет всех к последнему усилию и научит саму жизнь считать за ничто, когда она не украшена сознанием победы духа или куплена ценою унижения; может быть, саму смерть с оружием в руках она превратит в роскошный праздник человеческой гордости, может

быть, этой проповедью она доставит населению замка победу...». Вот для чего природа двинула эволюционный процесс в сторону возможности индивидуальной авитальной активности. А что сделал из этого человеческий разум, величием которого мы так привыкли гордиться?

А вот что: «Но может случиться и другое,— пишет Луначарский.— Она (философия) сойдёт в трауре, в монашеской рясе, с посыпанной пеплом головой и будет плакать и убиваться, и повторит с небывалой до тех пор силой свои страшные суждения о мире и жизни, и скажет, что сопротивление бесполезно, что и в будущем всех ждут лишь мучительная борьба, раны, лишения, унижения и, в конце концов, неумолимая смерть. Она также призовет к мужеству, но мужеству иного рода: она даст в руки наиболее отчаявшегося факел самоубийства и поведёт его, проливая слёзы, в траурном шествии в пороховые погреба, чтобы извлечь оттуда пожирательницу смерть...».

Не удивительны после этого бурные восторги пробуждающегося самосознания по поводу возможности самоубийства. «Только для глупца естественно цепляться за жизнь, хоть бы он и был несчастлив, лишь бы он в большинстве вещей сообразовался с природой,— учили в школе стоиков.— Для мудреца жить по велениям природы — значит вовремя отказаться от жизни, хоть бы он и был в расцвете сил». «Прекрасна возможность в любой момент уйти из жизни, если она перестанет доставлять наслаждение»,— вторили стоикам эпикурейцы. Зачем грустно размышлять о своей судьбе, если можно и нужно относиться к ней весело и легкомысленно. Удовлетворяй свои потребности и будь всегда готов, если этого не сможешь достигнуть, разделаться со своим бессмысленным существованием. Если жизнь перестаёт приносить удовольствие и перестаёт быть прекрасной — нет причины для задержки. Либо жизнь без печалей, либо счастливая смерть. Эпикурейцу Торквату Цицерон приписывает слова: «Помни, что сильные страдания завершаются смертью, слабые предоставляют нам частые передышки; таким образом, если их можно стерпеть, снесём их; если же нет — уйдём из жизни, раз она не доставляет нам радости, как мы уходим из театра». Монтень, цитируя высказывания древнегреческих философов, пишет: «Лучшее из

устроенного вечным законом — то, что он дал нам один путь в жизнь, но множество — прочь из жизни... В одном не вправе мы жаловаться на жизнь: она никого не держит... Тебе нравится жизнь? Живи! Не нравится — можешь вернуться туда, откуда пришёл».

Таким образом, мы видим, что авитальная активность в целом и суицидальное поведение в частности своими корнями глубоко уходят в эволюционные филогенетические законы развития живой природы. Из маленькой, но смелой птички, которая, рискуя своей жизнью, прыгает по земле, уводя прожорливого и глупого хищника подальше от гнезда,— в результате парадоксального зигзага эволюции развился синапотануменон — академия, существовавшая в Древнем Египте времён Клеопатры и Антония, посетители которой состязались между собой в искусстве придумывания и исполнения самых лёгких, приятных и красивых способов самоубийства. Из маленькой обезьянки, которая собирает переспелые и забродившие плоды деревьев и поедает их с целью опьянения,— в результате того же зигзага эволюции получился героиновый наркоман, оснащённый по последнему слову науки и техники одноразовым шприцем Провацека и чистейшим героином, который он для своего удовольствия, позабыв родителей, жену, детей и работу, загоняет себе в вену, чтобы получить наслаждение, которое и не снилось целой стае обезьян за всю их нелёгкую жизнь.

*

На самом древнем из известных нам языке символов вино, если взглянуть поверхностно, явно положительный символ: слабого оно делает сильным, трусливого — храбрым, молчаливому — развязывает язык, нерешительного — толкает на отчаянные поступки, бездарного — делает поэтом. Оно символизирует воодушевление, энергию, творчество, полёт фантазии и даже истину. С арабского «*аль-ко-холь*» переводится как «самая тонкая сущность вещи, эссенция, тонкий порошок».

Значительно глубже лежит скрытая, негативная и опасная символика вина: вино делает человека беззащитным, оно лишает его чувства опасности, мешает ему критически взглянуть на ситуацию. Циклоп, опьянённый вином Одиссея, лишается своего

единственного глаза. В Древнем Египте богом вина считался Озирис, который одновременно являлся и покровителем царства мёртвых. Китайский император Ю в 2200 году до нашей эры, распространивший культуру виноградной лозы, опрокинул сосуд с новоизобретённым напитком и пророчествовал, что придёт день, когда из-за этого погибнет всё царство. «В нём яд и мёд, добро и зло», — писал о вине мудрый Авиценна.

Много воды и много вина утекло с тех пор, как человек научился использовать психоактивные вещества. Много времени потребовалось, чтобы смертоносное значение искусственного изменения сознания с помощью психоактивных веществ стало понятно современным исследователям проблемы. Только в XX веке Карл Меннингер открыто заговорил о «сознательном самоуничтожении, порождённом пагубной привычкой к регулярным и чрезмерным возлияниям; привычкой, которую человек не может побороть самостоятельно»¹⁶⁵.

Возлияние всегда было одним из важнейших элементов языческого сакрального культа. Напиток, изготавливаемый из плодов растений и грибов, служил специфическим средством вызывания религиозно-сексуального экстаза. Экстаз же всегда отождествлялся со смертью (!) как основным видом духовного слияния с божеством и высшим блаженством духа¹⁶⁶.

Марк Михайлович Маковский, рассматривая наиболее древний пласт человеческой цивилизации — языческую символику, наглядно показывает отражение этой символики в языке. Крайне интересны сопоставления, обнаруженные им в самых различных языках человеческой культуры. В языке чётко сопоставляются значения «пить» и «смерть», например: в хеттском языке *eku* — «пить», а *ak* — «смерть»; ирландское *deoch, deog* — «пить», древнеанглийское *diegan* — «умереть» и немецкое *ge-deichen* — «блаженствовать». В языке сопоставляются значения «плод», «гриб» (материал для изготовления божественного напитка) и «экстаз», «сакральное действие», «поклонение божеству», «покой, остановка»; древнеисландское *aldin* — «плод» соотносится с исландским *lada*

¹⁶⁵ Менингер К. Указ. соч.— С. 170.

¹⁶⁶ Маковский М.М. Сравнительный словарь мифологической символики в индоевропейских языках: Образ мира и миры образов.— М., 1996.— С. 79.

— «очаровывать», валлийским *llad* — блаженство, русским *лад* — «порядок, гармония, блаженство» и латинским *letum* — «смерть».

Маковский также отмечает, что понятие «божественное возлияние» соотносится в языке с понятием «бездна» (символом первопричины рождения и смерти, дня и ночи, добра и зла): рог, из которого совершалось возлияние, был полым (русское — порожний). Понятие «гриб» в верхненемцком языке соотносится с понятием «похлёбка, жидкость» в латинском, «культовым возлиянием» в греческом, древнеисландском и «смертью» в авестийском языке.

Мы знаем экстатические культы Диониса (Вакха) с неистовыми танцами, музыкой и неумеренным пьянством, которые зародились у фракийских племен и, подобно пожару, распространились по всей Древней Греции таким образом, что бог, которого Гомер едва удостоил упоминанием, стал популярнейшим богом Греции¹⁶⁷. Интересно, что Алексей Фёдорович Лосев связывает распространение культа Диониса в Греции с ростом городов-государств (полисов). Дионис (он же Бахус) славится греками как Лиэй («освободитель»): он освобождает людей от мирских забот, снимает с них путы размеренного быта, рвёт оковы¹⁶⁸. Дионис — бог вина, бог умирания и возрождения, он освобождает человека от тягостных оков социальных обязанностей, возвращает человека к начальному животному существованию, возвращает его к природе. Таким образом, на самом глубинном бессознательном уровне употребление алкоголя и других психоактивных веществ есть внутреннее стремление к саморазрушению собственного сознательного бытия, отказ от выполнения каких-либо социальных ролей. Именно в этом смысле Дионис противопоставляется Апполону — богу устойчивого гармоничного начала, из которого вырастает сильная гармоничная личность великого бога эпохи патриархата. Дионис — бог личностного разрушения, обезличивающий, деперсонифицирующий, даже обесчеловечивающий человека,

¹⁶⁷ Фрезер Д.Д. Золотая ветвь: исследование магии и религии. — М., 1998. — С. 404—411.

¹⁶⁸ Мифы народов мира: Энциклопедия: В 2 т. — М., 1994. — Т. 1. — С.380—381.

низводящий его до уровня неразумного животного, и совсем не случайно, что быстрое развитие дионисийского начала мы наблюдаем и у древних греков в период их социально-государственного становления, и у подростков в период их социализации и отхода от охраняющей роли матери, и у тех взрослых, чья социальная адаптация (по тем или иным причинам) не удалась или нарушена.

Знаменитый австрийский психолог Альфред Адлер считал, что обращение к алкоголю (равно как и лень, преступные действия, невроз, психоз и самоубийство) можно понять «как бегство от ожидаемых поражений и как бунт против требований общества»¹⁶⁹. Алкоголь, как и многие другие психоактивные вещества, на глубинном символическом уровне — Великая Мать, Природа, принимающая назад в своё лоно своих детей, не вынесших тягот жизненной борьбы и не сумевших стать Героями. Этот вывод хорошо подтверждается исследованием глубинных бессознательных переживаний людей, находящихся в состоянии изменённого сознания под воздействие ЛСД или с помощью специальных техник дыхания.

*

Индивидуализированный сознательный человек нашего времени («мера всех вещей») представляет собой поздний продукт человеческой истории. Наше сознание лишь недавно выросло и расцвело на доличностной досознательной почве архаичной психической активности.

Если мы с вами смогли проследить эволюцию формирования авитальной активности человека, начиная с животных (филогенез), не попробовали ли нам проследить и онтогенетические корни авитальной активности человека.

На основании теории влечения к смерти и исследований в области глубинной психологии в середине XX века возник ряд новых теорий, освещающих те темы, которым посвящена наша работа. Самоубийство и использование психоактивных веществ стали рассматривать не только как бессознательное стремление к смерти, к максимально неструктурированному первичному неорганическому состоянию, но и как бессознательное

¹⁶⁹ Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. — М., 1995. — С. 93.

стремление к возврату в материнское лоно (онтогенетическая регрессия).

Одним из представителей этого направления является чешский исследователь Станислав Гроф, связывающий, как и Меннингер, алкоголизм и наркоманию с суицидальной активностью. Как ни парадоксально, но глубинный смысл хронического самоотравления психоактивными веществами был исследован с помощью приёма самих психоактивных веществ. Гроф провёл более 3000 сеансов с использованием ЛСД и просмотрел более 2000 отчётов, предоставленных ему другими исследователями. На основании этих данных Гроф выдвинул гипотезу о влиянии внутриутробного существования и родов на жизненный путь человека. Он описал четыре переходных момента внутриутробного существования, фиксирующихся в памяти как перинатальные матрицы. Они в свою очередь помогут нам глубже взглянуть на проблемы злоупотребления психоактивными веществами и стремления к самоубийству.

В основе этих форм поведения Гроф нашёл нечто общее. Он описал «переживания» плода на определённых стадиях биологического созревания и родов, которые обеспечивают доступ к областям коллективного бессознательного. Поверхностные попытки понять и объяснить злоупотребление психоактивными веществами и самоубийство внешними социальными факторами без анализа глубинной бессознательной мотивации напоминают заведомо нелепые попытки объяснить форму птичьего гнезда, исходя только из того строительного материала, который окружает птицу.

Первая базовая перинатальная матрица (амниотическая вселенная) — это исходный симбиотический союз в утробе с матерью без чётких границ себя, времени, пространства и переживание особого «океанического» чувства. Это тот достаточно длительный период, когда ребёнок безмятежно существует в материнском организме.

Далее начинается процесс биологических родов, и поэтому вторая перинатальная матрица связана с ощущением надвигающейся смертельной опасности и тревогой.

Третья перинатальная матрица (прохождение по родовым путям) — это боль, давление, удушье и переживание «вулканического экстаза».

Появление на свет соответствует четвертой перинатальной матрице — это роды и переживание полного уничтожения и возрождения.

Гроф считает, что опыт, полученный младенцем в самом раннем детстве существенным образом определяет его дальнейшую жизнь. В частности, он считает, что феномен алкоголизма и наркомании связан с первой симбиотической перинатальной матрицей. «Фундаментальной характеристикой алкоголиков и наркоманов, глубочайшим мотивом к принятию токсических препаратов является всепоглощающая жажда пережить снова блаженное недифференцированное единство»¹⁷⁰, — пишет Гроф.

На уровне индивидуального жизненного пути этот процесс очевидным образом связан с избыточной заботой о ребёнке в период младенчества, с одной стороны, и избыточной требовательностью к нему в период юности — с другой, когда обволакивающая родительская сверхзабота внезапно сменяется настоятельными требованиями занять своё место в обществе, принять на себя обязательства и соответствовать внешним требованиям. Эти процессы на внешнеповеденческом уровне ранее уже были описаны Меннингером. Он привёл типичные примеры неадекватного поведения родителей пациентов-алкоголиков. Так, одна мать кормит своего ребёнка грудью до трёх лет, потому что это доставляет ей удовольствие, а когда кормление грудью становится для неё обременительным, она измазывает грудь сажей и пугает его до смерти. Другая мать «носит» с младенцем как с писаной торбой, а когда он подрастает, внезапно лишает его ласк, которые стали к тому времени для ребёнка привычными. Не отстают в этом плане и отцы. Отец моего пациента, «добившийся в жизни всего сам», после рождения сына окружил его всепоглощающей заботой и вниманием, бессознательно компенсируя всё то, чего не имел в детстве и юности (многие родители при этом совершенно сознательно поступают подобным образом, потакая несамостоятельности своих детей и аргументируя это: «ещё намучается», «ещё

¹⁷⁰ Гроф С. За пределами мозга /Пер. с англ.— М., 1993.— С. 293.

успеется»). Понимая неадекватность своего поведения, отец моего пациента создал себе «оправдательную» теорию тяжёлой болезни сына, из-за которой тот не может и не должен самостоятельно справляться с жизненными трудностями. После достижения подросткового возраста, когда, помимо желаний отца, социальные требования к сыну резко возросли, неспособный им соответствовать сын стремительно окунулся в пучину наркотиков, начав с марихуаны и закончив героином. Бесчисленные попытки отца в социальном смысле «поставить сына на ноги» неизбежно заканчивались одним и тем же: «ноги» не выдерживали, и сын вновь возвращался состоянию наркотического блаженства. При этом он неожиданно для себя получил и вторичную выгоду: отец, который до этого настойчиво пытался «социализировать» его, после того как узнал о зависимости от наркотиков, вновь получил законное основание «взять его на руки», как «больного ребёнка», и в беседах со мной часами развивал различные концепции сопоставимости героиновой зависимости с диабетом, когда пациент не может жить без инсулина точно так же, как его сын не может жить без наркотиков и... него.

Гроф пишет, что алкоголь и наркотики отражают «бессознательную потребность отменить сам процесс рождения и вернуться в утробу». Алкоголь и наркотики, подавляя различные болезненные эмоции и ощущения, приводят человека в состояние диффузного сознания с безразличием к настоящим и будущим проблемам. Отсюда иногда не понимаемое стремление пациентов не просто употреблять алкоголь, а напиться до бессознательного состояния, «выключиться», «вырубиться» и общая тенденция перехода от более «мягких» наркотиков к более «жёстким».

Гроф считает, что за потребностью многих людей в наркотиках или алкоголе скрывается потребность разрушить и перейти собственные границы (потребность в трансценденции). Путь алкоголика или наркомана к полному падению, а затем возрождению часто становится процессом смерти Эго, а затем возрождения, путём к самости. Каждый алкоголик или наркоман идёт к полному эмоциональному, физическому и духовному самоуничтожению. Когда возникает такое состояние, самоубийство кажется иногда единственным выходом. Человек

не осознаёт, что этот процесс внутреннего умирания может быть поворотной точкой, возможностью смерти Эго перед целительным рассветом, а не полным распадом.

*

Вслед за Фрейдом и Меннингером Гроф считал, что в основе таких масштабных явлений, как самоубийство, самоувечье и сходных с ними должны лежать феномены сопоставимого масштаба и значимости. Он высказывает предположение, что даже на характер самоубийства может влиять ранний опыт переживаний, связанный с описанными им перинатальными матрицами. Самоубийства первого типа или ненасильственные самоубийства схожи с зависимостью от алкоголя и наркотиков и отражают бессознательное стремление самым лёгким путём вернуться из состояния второй матрицы (начало родов) в состояние первой (внутриутробное существование) и достичь недифференцированного состояния «океанического сознания». Мягкие формы суицидальных идей этого типа проявляются в желании не существовать, погрузиться в глубокий сон, забыть обо всём и никогда не просыпаться. Действительные планы и попытки самоубийства включают применение больших доз снотворного или транквилизаторов, вдыхание углекислого газа, утопление, вскрытие вен в тёплой воде и замерзание в снегу.

Самоубийство второго типа, или насильственное самоубийство, связано с третьей перинатальной матрицей (прохождение по родовым путям). Для человека под влиянием третьей матрицы возврат в океаническое состояние не возможен, поскольку путь туда лежит через адскую безвыходную ситуацию второй матрицы, которая психологически хуже, чем третья. Поскольку перинатальный опыт подсказывает возможность освобождения через усиление болезненных ощущений и взрывное освобождение (роды), среди суицидальных фантазий и действий этой категории Гроф отмечает смерть под колёсами поезда, автокатастрофы, перерезание горла, выстрел в голову, закалывание себя ножом, прыжок из окна, с башни или обрыва.

Гроф считает, что даже анестезия во время родов влияет на выбор способа самоубийства. «Тяжёлая анестезия» во время родов якобы приводит к «программированию на клеточном

уровне» поиска выхода из стрессовых ситуаций в наркотическом состоянии и наркотической смерти.

*

Глубинные исследования психики были начаты ещё до исследований Грофа в аналитической психологии Карлом Юнгом и его последователями. Они сделали много интересных наблюдений и выводов, позволяющих понять глубинную основу влечения к смерти в целом и суицидального поведения в частности. Ученик Юнга Эрих Нойман заметил, что в процессе онтогенеза индивидуальное сознание постепенно проходит те же стадии, что и развитие сознания человечества в целом¹⁷¹. Подобно тому, как наше тело, развиваясь из эмбриона в зрелую особь, постепенно проходит стадии эволюции живого (обладая на определённых этапах онтогенеза хвостом и жабрами), наше сознание в своём развитии подчиняется той же этапности. Каждой стадии эволюции сознания соответствуют определённые мифы, сформированные на основе глубинных потребностей этой стадии и наоборот.

Мифологические стадии эволюции сознания начинаются с того, что наше Я полностью принадлежит бессознательному, и ведут к такому состоянию, когда Я не только осознаёт своё собственное положение и героически его отстаивает, но и обретает способность расширять свои границы.

Первый цикл мифов, соответствующий начальной стадии развития,— мифы сотворения. В начале почти всех мифов существует совершенство и целостность. Мир и психика едины. Пока ещё не существует мыслящего, рефлектирующего, осознающего себя Эго. Психика открыта миру и тождественна ему. У многих народов и во многих религиях сотворение мира происходит как сотворение света. Появление и пробуждение сознания, проявляющего себя как свет в противоположность тьме бессознательного, является истинным «предметом» и подоплёкой мифов о сотворении. Начало этого процесса мифологически представляется как начало мира, возникновение света, без которого ни один процесс, происходящий в мире, не был бы **виден**.

¹⁷¹ См.: Нойман Э. Происхождение и развитие сознания /Пер. с англ.— М., 1998.— 464 с.

Графическими символами изначального совершенства являются замкнутые на себе, не имеющие ни начала, ни конца круг, окружность, сфера, они — изначальное совершенство, мировое яйцо, породившее весь мир.

*...Из яйца, из нижней части,
Вышла мать-земля сырая;
Из яйца из верхней части,
Встал высокий свод небесный,
Из желтка, из верхней части,
Солнце светлое явилось...*¹⁷²

В мировом яйце находится изначальное единство противоположностей, взаимно перетекающих друг в друга: чёрное и белое, день и ночь, небо и земля, мужское и женское, например в китайском символе инь-ян или свернувшейся кольцом змее и драконе начала (уроборос, кусающий собственный хвост) показывают одновременно зарю человечества и раннюю стадию развития ребёнка. Это время существования в раю, время до рождения Я, время полной бессознательности и «плавания в океане нерождённого».

Всё глубокое (пропасть, долина, земля, море и морское дно, фонтаны, озёра и бассейны, почва, потусторонний мир, пещера, дом и город) — части этого архетипа. Всё большое и охватывающее, содержащее, окружающее, облекающее, закрывающее, защищающее и лелеющее что-нибудь маленькое, относится к этой начальной по своей сути матриархальной сфере. «Уроборос материнского мира даёт пропитание и радость, защищает и согревает, утешает и прощает. Это убежище для всех страждущих и место всего желанного. Эта мать всегда осуществляет, дарует и помогает. Этот образ Великой и Доброй Матери во все времена страданий был для человечества убежищем и всегда таким будет; ибо состояние погруженности в целое, без ответственности и усилий, без сомнений и двойственности мира является райским, и его первоначальная беззаботность никогда больше не повториться»¹⁷³, — пишет Нойман. специально подчеркивает, что фундаментальной человеческой чертой является закон тяготения, инерция

¹⁷² Калевала: карело-финский народный эпос. — Петрозаводск, 1978. — Т. 1. — С. 15.

¹⁷³ Нойман Э. Указ. соч. — С. 31—32.

психики, желание оставаться в бессознательном. Восхождение к сознательному — в природе вещь «неестественная»: она характерна только для человека.

С самого начала эти две тенденции противостоят одна другой: эгоцентрическая (развитие, дифференциация, обособление, укрепление Эго) и эголитическая (желание быть поглощенным и растворённым в океане удовольствия). Великая Мать ждет, чтобы принять своего ребёнка обратно. Поэтому такие символы, как пещера, земля, могила, саркофаг и гроб — также символы соединения с Великой Матерью.

Нойман усматривает эголитическую центростремительную тенденцию в чувстве ностальгии, в сильном стремлении к чему-либо, в саморастворении, отречении святого и в страстном желании забытья пьяницы (!). Возврат к Матери — это добровольная капитуляция и регрессия, выбранные инфантильным Эго, которое ещё едино с матерью и пока не самоопределилось. Но и больное Эго невротика может прийти к этому. Так же старое, обессиленное жизнью, Эго «ползёт обратно к Матери» к растворению и явному смертному аспекту уробороса, в зародышевой фазе Эго не воспринимает уроборическое кровосмешение как что-то враждебное, несмотря на то что оно может быть уничтожено. Возвращение в великий круг — событие, полное пассивного детского доверия. Инфантильное Эго после погружения в смерть всегда воспринимает своё пробуждение как возрождение. Оно ощущает себя защищённым в материнских глубинах, даже если Эго исчезло из жизни. Уроборический символизм, что стоит в начале развития Эго, появляется и в конце, когда развитие Эго замещается развитием целостной личности или индивидуацией. Универсальный принцип противоположностей больше не доминирует, пожирание мира или пожирание миром не имеют первостепенного значения, и символ уробороса возникает вновь как мандала в психологии взрослого. Так, символ уробороса является одновременно и центральным символом второй половины жизни, и ядром тенденции к развитию, называемого Нойманом центроверсией.

В следующей фазе развития, когда наше Эго достигает определённой самостоятельности, возвращение в материнский

уроборос становится всё более трудным и совершается с всё большим отвращением. Для утреннего света зари зарождающегося сознания материнский уроборос становится темнотой и ночью. Эта ранняя стадия взаимоотношений сознательного-бессознательного находит отражение в мифологии Богини-Матери и её связи с сыном-любовником. Такие персонажи, как Аттис, Адонис, Таммуз и Озирис ближневосточных культур не просто рождены матерью, они являются любовниками своей матери: их любят, убивают, хоронят, оплакивают, а затем возрождают через себя.

Фигура сына-любовника в мифах сменяет стадию зародыша и ребёнка. Но пока он ещё недостаточно силён, чтобы противостоять матери, он уступает ей, умирая, и прекращает своё существование. Мать-возлюбленная здесь превращается в страшную Богиню Смерти. Символ самого ребёнка на этой стадии развития — змееподобный фаллос или пшеничный колос. Все любовники Великой Матери имеют характерные общие черты: все они юноши поразительной красоты. Они — нежные цветки, символически изображённые в мифах как анемоны, нарциссы, гиацинты или фиалки. В противоположность дальнейшим героическим персонажам мифологии они лишены силы, им недостаёт индивидуальности и инициативы. Отношения между сыном-любовником и Великой Матерью являются архетипическим состоянием, которое действительно даже сегодня, а его преодоление — непереносимое условие любого дальнейшего развития Эго-сознания.

Принесение себя в жертву и капитуляция Эго-сознания отражается в символике ритуальной кастрации. С доисторических времен известна роль божественных царей — они должны были либо убить себя, либо быть убитыми, когда их могущество изменяло им и они больше не могли гарантировать плодородие. Врожде как уроборический инцест означал растворение и исчезновение, потому что имел всеобъемлющий, а не половой характер, инцест во второй юношеской фазе носит половой характер и ограничен половыми органами. Великая Мать становится большим лоном, а юный любовник — большим фаллосом, и весь процесс полностью разворачивается на символическом половом уровне. Поэтому фаллос и фаллический

культ сопутствуют сексуальности юношеской стадии, а смертельный аспект этой стадии проявляется как убийство фаллоса — кастрация.

Сексуальность на этой стадии означает потерю Эго и подавление женщиной. Ужасная Мать является искусительницей, которая приводит в замешательство и лишает мужчин рассудка. Он либо захватывается силой, либо сломленный Великой Матерью, безумный калечит себя и предносит ей фаллос как жертву. Вариант этого — безумие — символическое расчленение индивида, распад, подобный в магии плодородия расчленению тела и символизирующий растворение личности в чреве Матери-Земли. Чем сильнее становится Эго-сознание мужчины, тем больше оно осознаёт выхолащивающую, околдовывающую, смертельную, одурманивающую сущность Великой Матери.

Следующая стадия в мифах — один из возможных аспектов женского самоубийства: желание убить себя вместе со своим любовником. Одна из дочерей Кадма Ино в приступе безумия бросается в море вместе со своим сыном Милекертом. Милекерт относится к циклу обречённых сыновей-любовников, их убивают и оплакивают.

Только Гипермистра, одна из Данаид, вопреки взаимному соглашению, первая не убила своего мужа. Начиная с неё, любовные взаимоотношения в мифологии становятся вопросом личного решения. Соответственно, она становится первой в ряду матерей таких героев, как Персей и Геракл. Эти герои ниспровергают власть Великой Матери и впервые основывают мужскую культуру. Миф о Персее — миф о герое, победившем символ матриархального господства в образе Ливийской Горгоны.

Смена стадии Великой Матери и её сына-любовника новой мифологической стадией является неизбежным психологическим событием — считает Нойман. Покорение архетипа Матери занимает своё место в мифе о герое. Смертельный экстаз полового инцеста симптоматичен для юношеского Эго, ещё недостаточно сильного, чтобы противостоять силам, символизируемым Великой Матерью.

Переход к следующей стадии осуществляется «борцами». Их страх перед Великой Матерью является первым признаком

центробежной тенденции, центроверсии, формирования и стабильности Эго. Этот страх выражается в различных формах бегства и сопротивления. Первым симптомом бегства, все ещё выражающим полное превосходство Великой Матери, является самокастрация и самоубийство (Аттис, Эшмун, Бата). Здесь позиция неповиновения, отказ любить всё равно приводит к тому, чего хочет Ужасная Мать — к жертве фаллоса, хотя эта жертва делается в отрицательном смысле. Юноши, которые в ужасе и безумии бегут от требований Великой Матери, в акте самокастрации выдают свою постоянную фиксацию на центральном символе культа Великой Матери, фаллосе; и они преподносят его ей помимо своей воли.

Согласно верованиям финикийцев, Эшмун, прекрасный бог Весны, возбудил любовь своей матери Астроной и, желая избежать кровосмесительной связи, оскотил себя. Этому примеру неукоснительно следовали поклонявшиеся ему жрецы. Задолго до основания Римской республики на улицах Рима можно было встретить галльских жрецов-кастратов, поклонявшихся богу Аттису.

Неприязнь к Великой Матери, как выражение центроверсных тенденций личности, можно ясно видеть в образах Нарцисса, Пентея и Ипполита. Все трое сопротивляются любви Великих богинь и наказываются ими или их представителями.

На этой стадии существенной и неперемнной чертой является стремление Эго-сознания, начинающего осознавать себя, видеть себя в зеркале. Формирование Эго начинается тогда, когда сознание развивается в самосознание. Самоанализ характерен для пубертатной фазы человечества, так же как и для пубертатного периода индивида. Это необходимая стадия человеческого знания, а тенденция к задержке на этой стадии имеет фатальные последствия.

Ипполит, отвергнув Афродиту и свою мачеху, привязан к девственнице Артемиде как к духовной сестре. Афродита мстит ему за себя; клеветническим обвинениям отверженной им мачехи верит его отец Тесей; она убивает себя, а отец проклинает своего сына. В конце его волокут собственные лошади, то есть он всё равно падает жертвой мира инстинктов, покорением которых он так гордился.

Самоубийство и увечье Аттиса, Эшмун и Баты; Нарцисс, умирающий от самовлюбленности; Актеон, подобно другим юношам, превращённый в зверя и разорванный на куски,— всё это по своей сути персонажи одной мифологической стадии развития Эго.

Следующий значительный этап развития личности — Гильгамеш с его развитой мужественностью. Гильгамеш — первый настоящий герой. Борющемся за самосознание юноше теперь приходится отвечать за собственную судьбу в той мере, в какой он является индивидом и для него Великая Мать становится несущей смерть.

Появление убийцы мужского пола в цикле мифов о Великой Матери является эволюционным шагом вперёд, ибо оно означает, что сын обрёл большую степень независимости. В самом начале вепрь является частью уробороса, но в конце он становится частью самого сына. Тогда вепрь является эквивалентом самоуничтожения, представляемого мифом как самокастрация. Самец-убийца пока ещё не имеет отцовского характера; он представляет собой только символ деструктивной склонности, которая в акте самопожертвования оборачивается против самого себя. Стадия борцов отмечает отделение сознательного Эго от бессознательного, но Эго ещё недостаточно устойчиво, чтобы следовать дальше к разделению Первых Родителей и к победной борьбе героя. Центроверсия проявляется вначале отрицательно, под личиной страха, бегства, вызова и сопротивления. Эта отрицательная позиция Эго, однако, ещё не направлена против объекта, Великой Матери, как в случае героя, а обращается против самого Эго, выражаясь в самоуничтожении, самоувечьи и самоубийстве. В мифе о Нарциссе Эго, пытающееся побороть силу бессознательного посредством интроспекции, уступает губительной любви к самому себе. Его самоубийство утоплением символизирует растворение Эго-сознания в водной материнской стихии. Архетипическая ситуация борющегося и сопротивляющегося любовника играет очень важную роль в психологии самоубийств у современных невротиков указывал Нойман. Их архетипическими представителями являются мифологические борцы, что символически находит своё отражение в психологии периода пубертата. Для этой ситуации характерны отрицание,

самопожертвование, обостренная склонность к самоубийству, но, кроме того, ещё и очарование — одновременно заманчивое и опасное — исходящее от женщины. Конец периода возмужания отмечается успешной борьбой героя, о чём свидетельствуют обряды инициации.

Юноши, умирающие от своих собственных рук в период полового созревания, символизируют неспособность выдержать опасности этой борьбы, невозможность добиться своего и гибели в ходе испытаний инициации. Их самопожертвование и трагическое внутреннее раздвоение, тем не менее, являются героическими. Борцов можно описать как бесплодных обречённых героев. Несмотря на то, что Эго убивает само себя, оно является более активным, более независимым и индивидуальным, чем печальное смирение меланхолического любовника, находящего своё отражение в «тихом пьянице».

Следующая стадия — это разделение Прародителей Мира, это борьба, это созидательный акт, но в то же время оно воспринимается как первородный грех и падение. Эго-сознание не только влечёт за собой чувство одиночества; оно также приносит в жизнь человека страдание, тяжёлый труд, тревогу, зло, болезнь, смерть, как только Эго начинает различать их. Открыв себя, одинокое Эго одновременно постигает отрицательное и определяет своё отношение к нему, так что оно тут же устанавливает связь между этими двумя фактами, принимая своё собственное возникновение — как грех, а страдание, болезнь и смерть — как заслуженное наказание.

В мифе о герое представлено развитие системы сознания, в центре которого находится Эго, преодолевшее деспотическую власть бессознательного. Этапы становления сознания представлены в мифах об Эдипе (сломленном и так и не победившем). Далее освобождение от Матери продвигается ещё на одну стадию. В индусской мифологии Рама по требованию своего отца обезглавливает топором мать. В «Гамлете» дух отца выступает побудительной силой, которая замышляет смерть грешной матери. Завоевание и освобождение пленницы является дальнейшей стадией в эволюции мужского сознания.

Таким образом, представлена взаимосвязь между мифологической эволюцией сознания и авитальной активностью

в работах одного из самых известных последователей Юнга
Эриха Ноймана.

Глава 4

***Профилактика
авитальной активности***

*

В итоге многочисленных попыток понять и решить проблему хронического самоотравления и суицидальной активности исследователи пришли к выводу, что это не возможно без учета и анализа глубинных мотивационных механизмов данных явлений.

В настоящее время у нас есть большие основания предполагать, что в основе этих двух явлений лежит (описанная Фрейдом в теории влечения к смерти) общая тенденция всего живого вернуться в первоначальное неорганическое состояние, избавиться от жизненного напряжения и умереть. Вопрос заключается в том — почему программа обеспечения жизнедеятельности человека все чаще и чаще дает сбой на все более ранних этапах онтогенеза.

Каким же образом, зная всё это, мы можем попытаться коренным образом решить те проблемы наших подростков, которые, как явствует из всего вышесказанного, вытекают не только из межличностных конфликтов, не только из переживаний и конфликтов раннего детства, но и из проблематики самого человеческого существования?

Мне хочется привести результаты интересного эксперимента, поставленного американскими учёными. Это поможет нам лучше понять проблему и найти пути её решения. Американские психологи провели полевой эксперимент по изучению взаимоотношений между матерью и ребёнком. Мать с годовалым ребёнком помещалась на зелёной полянке, в центре которой было сделано специальное углубление, куда мать могла внезапно исчезать в ходе эксперимента. В начале эксперимента мать находилась над углублением с ребёнком на руках. Ребёнок, попавший в новую для него ситуацию, некоторое время осматривался, сильно прижавшись к материнской груди, но, убедившись, что никакой видимой опасности вокруг нет,

отделялся от матери и начинал на четвереньках исследовать полянку (включался витальный врождённый поисковый инстинкт), всё дальше и дальше отдаваясь от матери, но периодически оглядываясь и проверяя — на месте ли она. Он с видимым удовольствием разглядывал травку, цветочки, насекомых, но при обязательном условии внутреннего «чувства матери за собой». Когда же в ходе эксперимента незаметно для малыша мать внезапно «прятали» в подготовленное углубление, его поведение кардинальным образом менялось: обернувшись в очередной раз и, обнаружив отсутствие матери, он мгновенно терял интерес к листочкам и цветочкам и с рёвом мчался на то место, где только что была мать. В этот момент мать «поднимали» и ребёнок, продолжая всхлипывать и причитать, плотно прижимался всем своим телом к её груди. Успокоившись (на что уходило не менее получаса), ребёнок вновь осторожно начинал исследовать окружающую действительность, но его поведение уже отличалось от предыдущего: от былой уверенности не осталось и следа, количество «оглядываний» резко увеличилось, диапазон исследовательской деятельности сократился.

Гипотетически можно предположить (исследователи из гуманных соображений не пошли так далеко), что, повторив ещё пару раз ситуацию с внезапным исчезновением матери, ребёнок в конце концов полностью откажется от любых попыток исследования окружающего мира, раз они влекут за собой утрату материнского объекта. Между миром и матерью ребёнок выбирает мать.

Мне кажется, что этот эксперимент очень хорошо отражает суть глубинных проблем, которые переживают мои пациенты с химической зависимостью. Они никогда не уверены в том, что за их спиной «есть мать», готовая в любой самой сложной жизненной ситуации принять их. У них не сформирована или разрушена та начальная базовая уверенность, которая есть у ребёнка на первом этапе приведённого выше эксперимента.

Мало того, что мир не интересуется их при условии, что рядом отсутствует защищающая мать (конечно, не в буквальном смысле, а в психологическом — ведь и у ребёнка в эксперименте условием интереса к миру является не созерцание матери, а

внутренняя уверенность в её присутствии), но и всё восприятие мира при этом сводится только к одному — вечному поиску потерянной матери, вечному поиску потерянного рая.

Алкоголик или наркоман на глубинном психологическом уровне — это человек, который потерял свою маму (не важно при этом, что реальная мать может жить рядом с ним), он потерял её в психологическом, символическом смысле, и в своём поведении он ищет ей суррогатную замену в виде психоактивного вещества с его уникальной способностью избавлять нас от всех негативных эмоций. Алкоголь, как и мать, «любит нас ни за что» — и в этом они очень похожи. Мы не должны ничем заслужить любовь своей матери, кроме как фактом своего существования. Мы не должны ничем заслужить то блаженное состояние, в которое попадаем сразу же после приёма психоактивного вещества, кроме как фактом его принятия в себя.

Алкоголик или наркоман — это ребёнок из психологического эксперимента, который не обнаружил на месте свою мать и, не вынеся одиночества, постепенно научился заменять её бутылкой с алкоголем или шприцем с героином.

Как во взрослой жизни в норме мы всегда возвращаемся реально или в мыслях к нашей матери, для того чтобы рассказать ей об успехах, которых мы достигли в нашей взрослой жизни (а на самом деле, чтобы рассказать ей о тех замечательных цветочках и листочках, которые мы нашли на полянке, принести ей и показать ту непокорную бабочку (жену), которую нам удалось отловить на этой полянке), точно так же во взрослой жизни в норме мы употребляем алкоголь лишь при достижении каких-либо крупных успехов, после преодоления сложных препятствий — *после того, но не до того; не во время того и не вместо того!*

Если мы — социально адаптированные взрослые с мамой за спиной — попытаемся решить проблему лиц с алкогольной или другой химической зависимостью (суррогатной мамой) таким образом, что просто попытаемся отнять её, не дав ничего взамен, то что мы можем ожидать? Мы можем ожидать в лучшем случае новых интенсивных попыток найти ей замену, а в худшем — наш «ребёнок» бросится головой вниз в тот открытый и глубокий

люк, помня и интуитивно понимая, что он каким-то образом связан с мамой.

Отсюда мы должны сделать три главных вывода:

1. Меры юридического, социального и медицинского характера, направленные на то, чтобы подросток полностью прекратил злоупотребление психоактивными веществами, не решают проблему в корне. Лишив его психоактивного вещества, мы неминуемо приведём в действие тот глубинный авитальный механизм, который начнёт искать замену в другой форме авитальной активности. И нужно помнить, что этой формой может быть самоубийство.

2. Надеяться на то, что родные и близкие, окружающие подростка, злоупотребляющего психоактивными веществами, могут решить эту проблему, бесполезно. По большому счёту, именно они ответственны за сам факт возникновения проблемы и за тот ненормальный способ, с помощью которого подросток её решает. Нельзя надеяться и на то, что даже психотерапевтическая и психологическая помощь подростку окажется полностью эффективной. Психотерапевт или психолог быстро столкнётся с множеством малоразрешимых проблем. Пациент сразу же начинает осуществлять различные формы переноса своей главной проблемы на врача или психолога. Проще говоря, он начнет «накладывать» на них образ матери, сначала (в течение длительного периода) проверяя их на прочность своим вызывающим, оппозиционным поведением, а затем — своими настойчивыми попытками заставить играть несвойственную им роль. Крайне редко возникает та оптимальная ситуация, когда психотерапевт или психолог:

а) вынесет всю ту накопившуюся обиду, боль и разочарование, которую пациент незаслуженно, но по психологически понятному механизму выплеснет на него как на суррогат своей матери;

б) сумеет мужественно (здесь вернее сказать женственно) взять на себя весь груз «материнской» ответственности за пациента и нести его так долго, чтобы позволить ему полностью поверить в свою «неисчезаемость» (вспомним ситуацию с ребёнком на полянке);

в) сумеет постепенно, вовремя, тактично, тонко начать

вторичный процесс «перерезания пуповины», чтобы на всю жизнь остаться для пациента той суррогатной мамой, к которой он будет возвращаться в дальнейшем всю жизнь уже только для того, чтобы поделиться с ним (с ней) радостью своих достижений на нелёгком жизненном пути.

На этом заключительном этапе, наверное, не грех вместе с пациентом и выпить за всё то, что было достигнуто в совместной работе и не бояться рецидива заболевания.

Про себя с достаточной долей уверенности я могу сказать, что только с одной пациенткой мне удалось проделать этот путь за два нелёгких года психотерапии: начиная от алкогольной зависимости и алкогольного психоза до более или менее устойчивой социальной адаптации с получением настоящего удовольствия от трезвой жизни, с желанием создавать что-то в своей жизни (недавно пациентка начала выпуск своей газеты) и реальной заботой о том, что было создано ей.

*

Что ещё можно сказать в заключение этой нелегкой темы? То, что роль суррогатной мамы с достаточной степенью надёжности могут выполнять различные социальные институты — в первую очередь религия. Как детишки в детских домах придумывают себе бесконечные истории о далёких и любящих их родителях, так и взрослый человек, осознавая своё сиротство, может создавать новые и усваивать старые бесчисленные мифы и легенды о своём кровном родстве с Природой или Богом.

Одна из моих юных пациенток с тяжёлой зависимостью от героина всё своё детство и школьные годы прожила с мечтой, доходящей до интенсивности галлюцинаторных видений. Она думала, что однажды за ней прилетят инопланетяне и заберут с собой куда-то туда, где она очень-очень нужна, но пока она должна жить здесь, а они постоянно рядом с ней и помнят о ней. Когда пациентка выросла и уже не могла больше обманывать себя этой мечтой, она стала принимать сначала алкоголь, а потом героин. Когда я помог ей избавиться от героиновой зависимости, она очень долго испытывала меня на прочность (могу ли я быть мамой), но, как мне кажется, я не выдержал испытания и она... нет, она не вернулась к употреблению героина (по крайней мере

на тот период, пока я поддерживал с ней контакт), но она стала очень религиозной, полностью ушла в католическую обрядность, научилась глубоко и искренне молиться, и ей стало легче. Что ж, может быть, и это тоже один из возможных вариантов решения проблемы. «Попасть в лоно церкви», «вернуться в лоно церкви» — вдумайтесь в глубинный смысл этих выражений, исходя из тех знаний, которые мы с вами уже имеем.

На этих принципах строится одна из самых эффективных программ реальной помощи людям с химической алкогольной зависимостью — программа «12 шагов» Общества Анонимных Алкоголиков (ОАА), созданная в 1935 году двумя «безнадёжными» алкоголиками — биржевым маклером Уильямом Гриффитом Вильсоном и хирургом Робертом Хальбрук Смитом.

1 шаг: *«Я признаю своё бессилие перед алкоголем, признаюсь в том, что потерял контроль над своей жизнью»;*

2 шаг: *«Я прихожу к убеждению, что только Сила, более могучая, чем моя собственная, может вернуть мне здоровье»;*

3 шаг: *«Я принял решение перепоручить свою волю и свою жизнь Богу, как я его понимаю»;*

4 шаг: *«Я глубоко и бесстрашно оцениваю себя и свою жизнь с нравственной точки зрения»;*

5 шаг: *«Я признаю перед Богом, собой и каким-либо другим человеком истинную природу своих заблуждений»;*

6 шаг: *«Я полностью подготовил себя к тому, чтобы Бог избавил меня от всех моих недостатков»;*

7 шаг: *«Я смиренно прошу Бога избавить меня от моих недостатков»;*

8 шаг: *«Я составляю список всех тех, кому я причинил зло, и преисполняюсь желанием загладить свою вину перед ними»;*

9 шаг: *«Я лично возмещу причинённый этим людям ущерб, где только возможно, кроме тех случаев, когда это может повредить им или кому-либо другому»;*

10 шаг: *«Я продолжу самоанализ и, когда допущу ошибки, сразу их признаю»;*

11 шаг: *«Я стремлюсь путём молитвы и размышления углубить соприкосновение с Богом, как я его понимаю, молить*

лишь о знании его воли, которую мне следует исполнить, и о даровании силы для этого»;

12 шаг: *«После духовного пробуждения я стараюсь донести смысл своих идей до других алкоголиков и применить эти принципы во всех своих делах».*

Тысячи и тысячи людей, используя эту программу, в различных странах (в том числе и в России) избавились от алкогольной зависимости, но... в научной литературе появляются печальные сведения о том, что когда ОАА, возникнув, например, в небольшом американском городке, за несколько лет в прямом соответствии с 12 пунктом программы постепенно вовлекает в свою деятельность всех алкоголиков городка, Общество стремительно распадается — и многие из его членов возвращаются к злоупотреблению алкоголем.

Поскольку ОАА охватывает своей деятельностью всех людей вне зависимости от их половых, возрастных, расовых, социальных и психологических особенностей, возможно, следует развивать этот вид психологической помощи подросткам, злоупотребляющим психоактивными веществами, учитывая, что вероятность полного вовлечения в деятельность Общества всех наших подростков близка к нулю. Если мы чего-то и можем не опасаться, так это отсутствия клиентов для дальнейшего саморазвития общества.

*

Не следует (даже учитывая всё вышесказанное) забывать и о контрпропаганде психоактивных веществ и пропаганде здорового образа жизни.

Во-первых, контрпропаганда психоактивных веществ позволит нам не потерять ту прослойку подростков, у которых личностные проблемы не настолько серьёзны, чтобы решать их с помощью алкоголя и наркотиков. Испугавшись и не встав на путь использования психоактивных веществ для нейтрализации своих проблем, такие подростки, конечно, не решат их тем самым автоматически, но по крайней мере у них будет больше шансов для их решения в будущем более адекватными способами. Пропандистские силы реально действуют и сегодня. Под

влиянием опубликованных результатов исследований о физиологических и социальных последствиях употребления марихуаны установки молодёжи в Соединенных Штатах по этому вопросу реально изменились. Среди 16000 американских старшеклассников, ежегодно опрашиваемых университетом Мичигана, удвоилась доля тех, кто верит в «высокий риск опасных последствий» при употреблении марихуаны — с 35% в 1978 году до 73% в 1993 году. Одновременно снизилась поддержка движения за легализацию марихуаны среди абитуриентов — с 50 до 32%. Изменилось и поведение подростков: по данным опроса, её употребляют в настоящее время 16% подростков, а не 37%, как раньше. Сходные изменения регистрируются и в других странах, где должное внимание обращается на контрпропаганду употребления и злоупотребления психоактивных средств.

Особенно этот момент важно учитывать в современном информационном обществе, в котором любой подросток может легко получить всю необходимую информацию о любом психоактивном веществе, механизмах его действия, способах получения и изготовления с помощью всемирной информационной сети «Интернет».

Достаточно нескольких минут работы в Интернете, чтобы перед вашими глазами появились совершенно исчерпывающие откровенно пронаркоманические сайты типа «Всё, что вы хотели знать о наркотиках, но боялись спросить» и тому подобные.

«Все понимают, что «серьёзные» наркотики действительно ведут к тому, что принимающие их молодыми же и умрут. А вот травка, всякие лёгкие колёса типа «экстази» — приколы, забава, к ним вроде бы и привыкания нет, зато мгновенный кайф и стремительное веселье... Быстро, весело, ещё быстрее и веселее... Страшные истории, которые вам рассказывают, кажутся обыкновенными «бабушкиными сказками». «Чёрт побери, ну как до них достучаться?» — вопят взрослые. Действительно, нет никакого греха в том, чтобы «жить быстро», — но это можно устроить без всяких искусственных стимуляторов. И умирать не обязательно молодым. А то ведь серьёзные дяди и тётки только и ждут случая, чтобы покуситься на права подрастающего поколения». Это цитата из одного из самых «мягких» сайтов,

посвящённых психоактивным веществам.

Но даже в этом «мягком» сайте неназойливо предлагаются десятки рецептов употребления марихуаны и гашиша: «Для начала вам понадобится около килограмма травы и сито, чтобы её просеять. Килограмм травы обычно спрессован в блок. Разломайте блок и тщательно просейте его. Удалите всю грязь и посторонние предметы, но не выбрасывайте стеблей, а семена следует выбрать, так как они слишком крупны для хорошего гашиша. Теперь, когда вы разделили и просеяли весь килограмм, положите всю массу в большой чан и залейте спиртом низкого качества...» — и так далее во всех деталях и мелочах. Реальные рецепты супа их гашиша, пирожков из гашиша, шоколадных бананов из гашиша...

Результаты специальных исследований, доложенные на 13 съезде психиатров России в октябре 2000 года, показали, что самая большая группа сайтов в «Интернете» — пронаркотическая, активно рекламирующая так называемые «лёгкие» наркотики, формально нейтрально отзывающаяся о «тяжёлых», но со скрытой их рекламой. Даже сайты общественных организаций, рассчитанные на наркоманов, рекламируют на своих страницах принцип «наименьшего вреда» — обучают «беречь вены», «не колоться одним шприцем», что делать при передозировке и т.д.¹⁷⁴

*

В последнее время за рубежом широко используется опыт «вакцинации» подростков против употребления и злоупотребления различными психоактивными веществами. Этот опыт вполне успешен.

В 1980 году группа психологов под руководством Альфреда Мак-Алистера провела «вакцинацию» учеников седьмого класса средней школы против склонности к курению, возникающей под влиянием сверстников. Семиклассников учили реагировать на рекламу, подразумевающую, что раскрепощённая женщина курит, фразой: «Какая же она раскрепощённая, если зависит от табака». Подростки также участвовали в ролевых играх, в которых игрок, которого обзывали «желторотым» за то, что он

¹⁷⁴ Авдеев С. Н., Тетенюва Е. Ю., Слоневская С. Ю. Наркологические проблемы в «Интернете» // Материалы 13-го съезда психиатров России. — М., 2000. — С. 224.

отказался от сигареты, должен был отвечать фразой типа: «Я бы был желторотым, если бы закурил только ради того, чтобы произвести на тебя впечатление». После нескольких таких сеансов «вакцинации», полученных в седьмом и восьмом классах, «вакцинированные» учащиеся были в два раза менее склонны начинать курить, чем невакцинированные ученики другой средней школы¹⁷⁵.

Все последующие исследования подтвердили эффективность подобных «вакцинирующих» техник. В одном из проектов ученики шестых—восьмых классов либо смотрели фильм о вреде курения, либо участвовали в ролевых играх отказа, разработанных самими подростками. Через полтора года начал курить 31% из числа тех, кто смотрел фильм, и 19% из тех, кто участвовал в ролевых играх. Факты говорят сами за себя. В аналогичном исследовании подросткам напоминали о наличии давления в отношении курения и употреблении наркотиков и предлагали им способы противостоять такому прессу. Среди тех, кто раньше не употреблял марихуану, тренинг снизил втягивание в три раза; среди тех, кто уже употреблял её, употребление снизилось в два раза.

Таким образом, можно сказать, что мы достаточно хорошо знаем, в чём состоит проблема злоупотребления психоактивными веществами среди подростков и как с ней бороться.

Дальше нужна только «философия дворника». Листья падают каждый день. Нужно их просто подметать. Каждое утро, каждый день и каждый вечер. Наивно надеяться, что однажды настанет (для дворника) тот счастливый день, когда с деревьев перестанут осыпаться листья. Даже если отчаявшийся дворник и вырубит все деревья, останется снег, бумажки и окурки.

Психоактивные вещества существовали всегда. Родители, неспособные дать своим детям чувство базовой любви и защищённости, за счёт которого они могли бы смело вступать в «опасную» взрослую жизнь, существовали всегда. Требования к социальной самостоятельности и ответственности подростков, вступающих в современную взрослую жизнь, с каждым годом увеличиваются. Соответственно, увеличивается и число подростков, пугающих нас своим всё более ранним началом

¹⁷⁵ Майер Д. Указ. изд. — С. 350.

злоупотребления психоактивными веществами.

Как я уже писал в начале работы, если мы видим человека, который хочет спать, мы можем легко предположить, что непосредственно перед этим он долго и интенсивно бодрствовал. Если мы видим человека, у которого налицо выраженная авитальная активность, не можем ли мы аналогичным образом предположить, что перед этим была перенапряжена его витальная активность? И чем больше социальная среда будет стимулировать витальную активность своих членов, тем большую авитальную активность во всём своём многообразии они будут демонстрировать.

Витальная и авитальная активность, являясь закономерными проявлениями бытия, ритмично сменяют одна другую на протяжении всего существования человека. Это существование в буквальном смысле слова даже нельзя назвать жизнью, потому что оно насквозь пронизано смертью. Если мы не будем учитывать индивидуальные особенности существования каждого человека, каждая попытка активизировать его витальность будет закономерно приводить к усилению авитальности.

Многим людям еще очень далеко до мудрости моей пациентки, которая написала мне как-то в письме: «с удовольствием чередую состояния жизни и смерти».

Библиография

1. Авдеев С. Н., Тетенова Е. Ю., Слоневская С. Ю. Наркологические проблемы в «Интернете» //Материалы 13-го съезда психиатров России.— М., 2000.— 400 с.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии/Пер. с нем.— М., 1995.— 296 с.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания.— Л., 1969.— 339 с.
4. Анцыферова Л.И. Психология личности как «открытой системы» (О концепции Гордона В. Олпорта) //Вопр. психологии.— 1970.— № 5.— С. 168—177.
5. Ашвагхоша. Жизнь Будды. Калидаса. Драмы /Пер. К. Бальмонта; Введ., вступ. ст. Г. Бонгард-Левина.— М., 1990.— 573 с.
6. Бердяев Н.А. Философская истина и интеллигентская правда //Вехи. Интеллигенция в России: Сб. ст. 1909—1910.— М., 1991.— С. 24—42.
7. Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвящённых /Пер. с англ.— СПб., 1992.— 448 с.
8. Биология старения: Руководство по физиологии. — Л., 1982.— 616 с.
9. Бродский И.А. Форма времени: Стихотворения, эссе, пьесы: В 2 т.— М., 1992.— Т. 2. — 480 с.
- 10.Булацель П.Ф. Самоубийство с древних времён до наших дней.— СПб., 1900.— 206 с.
- 11.Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия/Пер. с англ.— СПб., 1997.— 336 с.
- 12.Вагин Ю.Р. Креативные и примитивные. Основы онтогенетической персонологии и психопатологии.— Пермь, 1996.— 209 с.
- 13.Вагин Ю.Р. Профилактика суицидального и аддиктивного поведения у подростков.—Пермь, 1999. — 110 с.
- 14.Вайнцвайг П. Десять заповедей творческой личности.— М., 1990.— 192 с.
- 15.Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья.— СПб., 1993.— 314 с.
- 16.Гёте И.Ф. Фауст/Пер. с нем.— М., 1960.— 618 с.
- 17.Грановская Р.М., Крижанская Ю.С. Творчество и преодоление стереотипов.— СПб., 1994.— 192 с.
- 18.Гроф С. За пределами мозга /Пер. с англ.— М., 1993.— 504 с.
- 19.Дадун Р. Фрейд /Пер. с фр.— М., 1994.— 512 с.
- 20.Дорфман Л.Я. Метаиндивидуальный мир.— М., 1993.— 456 с.
- 21.Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд /Пер. с фр.— СПб., 1998.— 491 с.
- 22.Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков.— Л., 1982.— 216 с.

23. Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся: Очерки российской психологии.— М., 1994.— 470 с.
24. Зинченко В.П., Смирнов С.Д. Методологические вопросы психологии. М., 1983.— 152 с.
25. Калевала: карело-финский народный эпос.—Петрозаводск, 1978.—Т. 1.— 446 с.
26. Камю А. Миф о сизифе //Бунтующий человек. Философия. Политика. Искусство /Пер. с фр.— М., 1990.— 415 с.
27. Клиническая психиатрия /Под ред. проф. Н. Е. Бачерикова.— Киев, 1989.— 512 с.
28. Ковалёв В.В. Ситуационные реакции, проявляющиеся в нарушениях поведения, как форма психогенных (реактивных) расстройств у детей и подростков //Журн. невропатол. и психиатрии им. Корсакова.— 1979.— № 10.— С. 1386—1391.
29. Ковалёв Г.А. Три стратегии психологического воздействия //Вопр. психологии.— 1987.— № 3.— С. 41—49.
30. Краткий тест творческого мышления. Фигурная форма.— М., 1995.— 48 с.
31. Кроль Л. Специи жизни и смерти в психотерапии //Ялом И. Экзистенциальная психотерапия /Предисл. Л. Кроля.— М., 1999.— 576 с.
32. Лазарашвили И.С. Анализ суицидальных действий лиц, страдающих некоторыми формами психопатий //Комплексные исследования в суицидологии: Сб. науч. трудов.— М., 1986.— С. 105—113.
33. Ларошфуко Ф. Мемуары. Максимумы.— Л., 1971.— 304 с.
34. Левандовский А. Максимилиан Робеспьер.— М., 1959.— 496 с.
35. Левонтин Р. Человеческая индивидуальность: наследственность и среда /Пер. с англ.— М., 1993.— 208 с.
36. Лейтес Н.С. К вопросу о динамической стороне психической активности //Проблемы дифференциальной психофизиологии.— М., 1977.— С. 164—179.
37. Личко А. Е., Битенский В. С. Подростковая наркология: Руководство.— Л., 1991.— 304 с.
38. Личко А.Е. Подростковая психиатрия: (Руководство для врачей).— Л., 1985.— 416 с.
39. Ломброзо Ч. Гениальность и помешательство.— М., 1995.— 398 с.
40. Лоренц К. Так называемое зло //Оборотная сторона зеркала /Пер. с нем.— М., 1998. — 393 с.
41. Лосев А.Ф. Диалектика мифа //Миф—Число—Сущность.— М., 1994.— 919 с.
42. Майер Д. Социальная психология /Пер. с англ.— СПб., 1999.— 865 с.

- 43.Маковский М.М. Сравнительный словарь мифологической символики в индоевропейских языках: Образ мира и миры образов.— М., 1996.— 416 с.
- 44.Мамардашвили М. Как я понимаю философию.— М., 1992.— 415 с.
- 45.Материалы VI Всероссийской открытой научно-практической конференции «Травматический и поствоенный стресс...».— Пермь, 2001.— 84 с.
- 46.Международная классификация болезней (10-й пересмотр).
Классификация психических и поведенческих расстройств /ВОЗ. — СПб., 1994. — 304 с.
- 47.Менегетти А. Клиническая онтопсихология/Пер. с ит.— Пермь, 1995.— 469 с.
- 48.Меннингер К. Война с самим собой/Пер. с англ.— М., 2000.— 480 с.
- 49.Мерлин В.С. Очерк теории темперамента.— М., 1964.— 303 с.
- 50.Мифы народов мира: Энциклопедия: В 2 т.— М., 1994.
- 51.Моуди Р. Жизнь после жизни.— Москва — Рига, 1991.— 189 с.
- 52.Музиль Р. Человек без свойств: Роман.— Кн. 1.— М., 1984.— 751 с.
- 53.Мясищев В.Н. Психология отношений.— Воронеж, 1995.— 356 с.
- 54.Наркомании у подростков /В. С. Битенский, Б. Г. Херсонский, С. В. Дворяк, В. А. Глушков.— Киев, 1989.— 216 с.
- 55.Нойман Э. Происхождение и развитие сознания /Пер. с англ.— М., 1998.— 464 с.
- 56.Пёрлз Ф.С. Внутри и вне помойного ведра /Пер. с англ.— СПб., 1995.— 448 с.
- 57.Петровский А.В., Ярошевский М.Г. История психологии.— М., 1994.— 448 с.
- 58.Понизовский А.М. Анализ основных подходов к пониманию суицидального поведения при депрессиях //Актуальные проблемы суицидологии: Тр. Моск. НИИ психиатр. — Т. 92.— 1981.— С. 150—167.
- 59.Психиатрия, психосоматика, психотерапия /К.П. Кискер и др.— М., 1999.— 504 с.
- 60.Пятницкая И. Н. Злоупотребление алкоголем и начальная стадия алкоголизма.— М., 1988.— 288 с.
- 61.Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека.— М., 1994.— 480 с.
- 62.Розанов В.В. Уединенное.— М., 1990.— 542 с.
- 63.Розинер Ф. Некто Финкельмайер.— М., 1990.— 472 с.
- 64.Свядош А.М. Неврозы. — М., 1982. — 368 с.
- 65.Сент-Экзюпери А. Планета людей //Сб.— М., 1970.— 413 с.
- 66.Тайсон Р., Тайсон Ф. Психоаналитические теории развития /Пер. с англ.— Екатеринбург, 1998.— 528 с.
- 67.Тихоненко В.А. Классификация суицидальных проявлений //Актуальные проблемы суицидологии.— М., 1978.— С. 59—73.

68. Трегубов Л.З., Вагин Ю.Р. Эстетика самоубийства.— Пермь, 1993.— 268 с.
69. Уилсон Р.А. Квантовая психология /Пер. с англ.— М., 1999.— 312 с.
70. Уильямс Р. Биохимическая индивидуальность /Пер. с англ.— М., 1960.— 295 с.
71. Ушаков Г.К. Этология и персонология //Сб. трудов XIX—XX.— Тбилиси, 1974.— С. 89—92.
72. Фаулз Д. Любовница французского лейтенанта: Роман /Пер. с англ.— М., 1999.— 512 с.
73. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сб.— М., 1990.— 368 с.
74. Фрезер Д.Д. Золотая ветвь: исследование магии и религии.— М., 1998.— 784 с.
75. Фрейд А. Введение в технику детского психоанализа //Теория и практика детского психоанализа: В 2 т.— М., 1999.
76. Фрейд З. Недовольство культурой //Психоанализ. Религия. Культура: Сб. ст.— М., 1992.— 344 с.
77. Фрейд З. Влечения и их судьба /Пер. с нем.— М., 1999.— 432 с.
78. Фрейд З. Психология бессознательного/Пер. с нем.— М., 1990.— 448 с.
79. Фрейд З. Продолжение лекций по введению в психоанализ/Пер. с нем.— М., 1989.— С. 366.
80. Фрейд З. Я и Оно: Труды разных лет /Пер. с нем.— Тбилиси, 1991.— С. 375.
81. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности /Пер. с англ.— М., 1994.— 447 с.
82. Фромм Э. Бегство от свободы /Пер. с англ.— М., 1995.— 256 с.
83. Хендерсен Дж. Древние мифы и современный человек //Человек и его символы /Пер. с англ.— СПб., 1996.— 454 с.
84. Хрестоматия по возрастной психологии.— М., 1994.— 318 с.
85. Чехов А.П. Именины //Собр. соч.: В 12 т.— М., 1985.— Т. 7.— С. 38—39.
86. Шир Е. Суицидальное поведение у подростков //Журн. невропатол. и психиатрии им. Корсакова.— 1984.— № 10.— С. 1556—1560.
87. Шопенгауэр А. Мир как воля и представление //Собр. соч.: В 4 т.— М., 1998.— Т. 1.— 395 с.
88. Эриксон Э. Детство и общество/Пер. с англ.— СПб., 1996.— С. 362.
89. Эриксон Э. Идентичность и кризисы /Пер. с англ.— М., 1996.— 344 с.
90. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис /Пер. с англ.— М., 1996.— 384 с.
91. Эткинд А. Эрос невозможного. История психоанализа в России.— СПб., 1993.— 464 с.
92. Эфроимсон В.П. Генетика этики и эстетики.— СПб., 1995.— 288 с.
93. Юнг К.Г. Конфликты детской души: Собр.соч. /Пер. с нем.— М., 1994.— 336 с.

94. Яффе А. Символизм в изобразительном искусстве // Человек и его символы. — СПб., 1996. — 454 с.
95. Allport G.W. Becoming. Basic cosideration for a psychology of personality. — New Haven, 1955. — 318 p.
96. Allport G.W. The functional autonomy of motives. — American journal of psychology. — 1937. — Vol. 50. — 212 p.
97. Allport G.W. The nature of personality: selected papers. — Cambridge, Massachussets, 1950. — 370 p.
98. Ballenger J.C. Введение. Выдержки из Ежегодника по психиатрии и практической психогигиене. — Т. 1. — М., 1996. — С. 4.
99. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. — 3d ed., revised (DSM-III-R). — Washington: Amer. Psychiat. Ass., 1987. — 567 p.
100. Francl V.E. The unconscious god. — N.Y.: Washington Square Press, 1985. — 150 p.
101. Freud S. Civilisation and Discontent // Standart Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud, v. 21, 1961. — 615 p.
102. Freud S. Thoughts for the times on war and death // Standart Edition of the Complete Psychological Works of S. Freud, v. 14, 1961. — 584 p.
103. Freud-Jung Letters. W. McGuire, ed. London: Hogard, 1974. — 232 p.
104. Spielrein S. Die Destruction als Ursache des Werdens // Jarbuch fur psychanalytische und psychopatologische Forschungen. — 1912. — 4. — 712 p.
105. Wortman C.B., Loftus E.F. Psychology. — N.Y., 1988. — 622 p.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	1
Введение.....	10
<i>Часть 1</i>	
Глава 1. Витальная активность.....	14
Глава 2. Витальная активность подростков.....	45
Глава 3. Кризис аутентичности.....	70
<i>Часть 2</i>	
Глава 1. Суицидальная активность.....	127
Глава 2. Хроническое самоотравление.....	181
Глава 3. Теории авитальной активности.....	231
Глава 4. Профилактика авитальной активности.....	279
Библиография.....	290